

## ANEXOS

### ANEXO I- GUION DE LA ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

#### VIVENCIAS EN EL DEPORTE

- Preferencias
- Motivaciones y barreras hacia la práctica de actividad física y deporte
- Experiencia
- Extraescolares
- Práctica de actividad físico-deportiva actual
- Motivos del abandono deportivo

#### EDUCACIÓN FÍSICA

- Experiencia
- Actitud/comportamiento del profesor
- Actitud/comportamiento de compañeros
- Actitud/comportamiento de la entrevistada
- Diferencias percibidas entre sexo femenino y masculino
- Grupos de trabajo en EF
- Materiales utilizados en clase: gusto por lo tradicional o alternativo
- Motivaciones y barreras encontradas en la asignatura

#### ACTIVIDADES COMPETITIVO-RECREATIVAS

- Opinión sobre este tipo de actividades
- Grado de motivación y nivel de implicación hacia la participación
- Experiencia

#### ENCUENTRO INTERCENTROS DE VOLEIBOL

- Conocimiento previo del evento
- Tipo de deporte
- Grado de motivación e interés hacia el aprendizaje de la modalidad deportiva
- Nivel de implicación
- Habilidad para el deporte
- Preparación previa
- Experiencia
- Percepciones antes y después del evento
- Valoración de la actividad

#### HÁBITO DEPORTIVO INSTAURADO

- Práctica posterior al Encuentro Intercentros de voleibol

- Motivaciones/barreras hacia su práctica actualmente

## ANEXO II- CONSENTIMIENTO INFORMADO

### HOJA DE INFORMACIÓN SOBRE PARTICIPACIÓN EN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN Y/O EXPERIMENTACIÓN

Título del Proyecto: Estudio cualitativo sobre las experiencias y percepciones de chicas adolescentes en los *Encuentros Intercentros*.

Autorizado por la Universidad de Zaragoza, en el grado de Ciencias de la Actividad Física y Deporte, Huesca.

A continuación, se detallan los objetivos y características del proyecto de investigación:

Objetivo del proyecto: Determinar si los *Encuentros Intercentros* son un medio de promoción del deporte para chicas adolescentes en el ámbito educativo.

Los criterios de selección de las participantes han sido: sexo femenino, de entre 2º y 3ºESO y que hubieran participado en el Encuentro Intercentros de voleibol.

Metodología del proyecto:

- Se les realizará a las participantes del trabajo una entrevista, con una duración de unos 45 minutos, donde hablaremos de sus experiencias en el deporte y en las clases de Educación Física, así como su experiencia en la participación del Encuentro Intercentros de voleibol.
- La entrevista se realizará un aula del instituto, y la fecha y la hora será consensuada por ambas partes.
- La investigadora utilizará una grabadora de voz para obtener toda la información de la entrevista, que en ningún caso será utilizada para otro fin que no sea este proyecto.

La participación en este proyecto de investigación es voluntaria y el sujeto puede retirarse del mismo en cualquier momento sin que se le pueda exigir ningún tipo de explicación ni prestación.

La información y análisis de datos serán tratados con total confidencialidad, manteniendo el anonimato de las participantes en todo el trabajo académico.

Por último, en este proyecto no hay ningún tipo de beneficio económico, se trata de un Trabajo de Fin de Grado.

En ..... a ..... de ..... de .....

Nombre y firma del Investigador/a

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

D./Dª ..... PRESTO EL  
CONSENTIMIENTO para la participación en el proyecto de investigación al que este documento hace referencia.

..... a ..... de ..... de .....

Fdo. .....

## ANEXO III- TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS

### ***Entrevistada 1***

**Pregunta:** Empezaremos hablando qué deportes te gustan.

**Respuesta:** **11** A mí me gusta mucho bailar, también hice de pequeña judo y escalada. Voy a una academia de baile donde hacemos competiciones y ensayamos mucho, ensayamos lunes miércoles viernes y sábado. Normalmente lunes ensayamos con niñas más pequeñas, el miércoles y viernes entrenamos para la competición y sábado hacemos baile contemporáneo. Compito a nivel nacional.

**P:** ¿A qué edad practicaste cada uno de los deportes?

**R:** **12** Empecé a practicar judo cuando tenía 7 años y estuve 3 años, pero como me empezó a doler la rodilla tuve que dejarlo, aunque estoy pensando en apuntarme otra vez. Escalada hacía con mi hermano y mi padre, me inculcaron el deporte desde pequeña, pero ahora lo he dejado porque lo que me llena es el baile. Nos gusta más escalar en la naturaleza, pero también practicamos en el rocódromo.

**P:** ¿Qué motivaciones encuentras para practicar deporte?

**R:** **11** Mis motivaciones son, por ejemplo, en el baile, me olvido de todo y me centro en el deporte que es lo que me gusta, me olvido de todos los problemas. Entrenar me ayuda a desconectar de los exámenes, pero para mí sí es un problema la pérdida de tiempo.

**P:** ¿Encuentras alguna barrera?

**R:** **13** Las barreras que encuentro son el tiempo que me exigen mis estudios y mi dolor de rodilla, que me condiciona a la hora de hacer algunos deportes.

**P:** ¿Crees que tu experiencia en el deporte ha sido buena?

**R:** **12** Mi experiencia en el deporte ha sido buena, todos los deportes que he practicado hasta el momento me han dado buenas sensaciones.

**P:** ¿Te has apuntado a algún deporte extraescolar ofrecido por el colegio?

**R:** **12** Extraescolares, me apunté a gimnasia rítmica, patinaje y judo que me ofrecía el propio colegio al que iba. Luego me apunté a judo en un gimnasio, y desde los 10 años llevo practicando baile en una academia. En el instituto no me he apuntado a ningún deporte que se oferte.

**P:** ¿Qué deporte o actividad físico-deportiva practicas actualmente?

**R:** **12** Actualmente practico baile y excursionismo con mi padre algún domingo.

**P:** ¿Crees que el deporte actualmente está demasiado vinculado hacia la competición?

**R:** **12** Está demasiado sobrevalorada la competición en el deporte. Personas que viven del deporte y son profesionales sí quieren competir para superarse, pero yo por ejemplo compito y a mí la entrenadora me dice “tú no bailes para ganar, tu ve a ganar a ti misma, da lo mejor de ti y pásatelo bien”. Para mí la competición es una forma de superarme y un momento donde doy lo mejor de mí. El deporte

me ayuda a ganar autoestima, yo no bailo para que le guste a la gente. Me hace sentir bien.

**P:** ¿Cómo consideras que ha sido tu experiencia en Educación Física?

**R:** **21** Mi experiencia ha sido buena en general, los profesores no me han calificado por lo que hacía bien o mal, sino por mi esfuerzo. Me parece mal que califiquen por lo que hace el alumno, porque si una persona posee unas condiciones o capacidades que no le permiten llegar a los mínimos que se piden para pasar las pruebas, no es justo que la suspendan. En el colegio no tenía pruebas escritas, pero en el instituto sí, tanto escritas como prácticas para compensar algunos deportes en los que no tengas tanta habilidad.

**P:** **23** ¿Qué percepción tienes sobre la actitud/comportamiento de tus profesores de Educación Física?

**R:** En cuanto a la actitud de los profesores, en el Pirámide, no se evaluaba por el esfuerzo, te hacían una prueba y sólo valoraban tus habilidades. Había un profesor que a las chicas íbamos en pantalón corto o mallas nos subía 2 puntos la nota final, nos miraba el culo en clase, y a una amiga se lo tocó, y lo echaron del instituto. Tenía comportamiento machista porque siempre sacaba de ejemplo a los chicos, con comentarios como “venga que tu lo haces mejor que ellas, demuéstralos”.

**P:** ¿Y en cuanto a la actitud/comportamiento de tus compañeros?

**R:** **23** La actitud de mis compañeros, este año he estado muy a gusto porque yo que era nueva en el centro me han integrado muy bien y hemos hecho muy buen grupo de clase chicos y chicas. Los chicos no se esforzaban lo suficiente por ejemplo en el contenido de baile, porque como tenían buenas notas en otras

cosas pasaban de hacerlo bien. Soy nueva en este instituto porque he repetido curso y mis padres decidieron cambiarme para así cambiar también de grupo de clases, que no era buena influencia para mí.

**P:** ¿Cuál es tu actitud/comportamiento hacia la asignatura de Educación Física?

**R:** **23** Mi comportamiento hacia la asignatura, a mi me gusta mucho. A diferencia de otros años, este curso mi profesor nos ha cedido bastante responsabilidad en las tareas y eso me gusta porque te ayuda a saber cómo llevar un grupo, por ejemplo, en baile, y te deja usar la creatividad y originalidad, cosa que con la imitación no se puede.

**P:** **21** ¿Consideras la Educación Física igual, más o menos importante que otras asignaturas?

**R:** La EF es tan importante como otras, yo añadiría una hora más porque me resulta agradable y es importante porque está relacionada con la salud. Hay gente que sólo hace AF en clase y por ello yo pondría una hora más para ayudarles a estar en forma.

**P:** ¿Cómo se forman los grupos de trabajo en las clases? ¿Hay separación por sexo o son mixtos?

**R:** **25** La formación de grupos, al principio nos dice poneros como queráis, pero si ve que nos cuesta hacer los grupos o que están desequilibrados los hace él. Si los hacemos nosotros normalmente siempre se separan chicos y chicas, pero si lo hace el profesor los suelen hacer mixtos, y a mí me parece bien porque así se equilibran y el juego es más divertido. Yo me siento a gusto con los chicos, aunque en algunos deportes juegan más ellos, por ejemplo, el fútbol.

**P:** ¿Crees que el material alternativo puede ayudar a mejorar la motivación del grupo al ser novedoso para todos?

**R:** **25** Los materiales, cuando se plantean juegos alternativos ayudan a motivar al grupo porque si se juega a algo que hemos jugado siempre cansa, y si se añade algún elemento nuevo es más divertido. Creo que, aunque los chicos no sepan jugar a ese juego o no hayan jugado con esos materiales, seguirá existiendo un comportamiento líder de los que de normal se comportan así, con el objetivo de ganar en todo.

**P:** ¿Consideras que tienes interés hacia la Educación Física?

**R:** **21** Me gusta la Educación Física pero mi interés también depende del deporte que practiquemos, por ejemplo, cuando toca baloncesto participo en las actividades, pero no de la misma manera que con otros.

**P:** ¿Qué barreras encuentras en la asignatura?

**R:** **22** Barreras, el dolor de rodilla me condiciona a la hora de hacer algunas actividades, como correr o judo. Pero en general no he encontrado ninguna barrera porque desde pequeña en casa me han inculcado el deporte.

**P:** ¿Crees que un buen clima en clase ayuda a una mayor participación por parte de todos?

**R:** **24** Estuve en otro instituto hasta el año pasado, y ahora he venido a este repitiendo 3ºESO. En el otro instituto había mucha gente que pasaba de la asignatura y eso condicionaba porque el profesor se cansaba y dejábamos de hacer actividades programadas.

**P:** ¿Consideras que durante el curso es mejor tocar pinceladas de gran variedad de deportes, o por el contrario crees que es mejor centrarse en menos deportes y profundizar más en ellos?

**R:** **26** En EF es mejor ir variando de deporte porque así no te cansas, conoces más deportes, y si algún deporte te gusta luego puedes ir a probar unas clases a algún club o academia. Por ejemplo, a ninguna chica nos motivaba el beisbol, y el bádminton sí me gustaba. Así equilibra, y de alguna manera conseguir que a todos nos guste a algún deporte para motivarnos. También veo bien no hacer deportes como baloncesto o fútbol que ya son conocidos, es mejor probar otros nuevos.

**P:** ¿En qué actividades de este tipo has participado o conoces?

**R:** **32** Intercentros voleibol en 2ºESO y Inter-aulas de atletismo en mi antiguo instituto, nos juntaban a todas las clases del curso y hacíamos pruebas de atletismo. Me pareció una forma muy divertida de juntarnos y hacer deporte. En 3º hay Intercentros de Cross, no tan grande como el de voleibol, pero como era voluntario yo no quise participar. Mis amigas de clase no quisieron ir y yo no participé porque no quería ir sola.

**P:** ¿Cuál crees que es tu nivel de implicación en estas actividades?

**R:** **32** En el voleibol me tocó un equipo que no se interesó nada por la actividad, se fueron todos en el evento y nos quedamos dos personas representando al grupo. Me hubiera gustado hacerlo mejor y pasármelo bien. En atletismo sí que se interesaron y quedamos en muy buena posición. Mi nivel de implicación fue alto, me esforcé y me vi bastante bien, quedé 2º en 200m vallas, pude dar más de mí, pero creo que siempre se puede dar más de uno mismo.

**P:** ¿Consideras que es una buena forma de promocionar la actividad física y el deporte?

**R:** **31** Es una buena forma de promocionar el deporte, hay que animar a la gente a participar, sobre todo a la gente que no le interesa el deporte. En mi clase había gente que pasaba y en Inter-aulas de atletismo vinieron y se lo pasaron muy bien, incluso alguno se animó después a salir a correr algún día por su cuenta.

**P:** ¿Consideras los *Encuentros Intercentros* competitivos, recreativos o ambos?

**R:** **33** Considero que depende de las personas, algunas se toman la actividad como necesidad de ganar y otras que si ganan bien y sino también. Yo creo que sirve para pasártelo bien, hacer deporte y conocer gente, no tiene finalidad de ganar. En general, gente que conozco les encantó la actividad y tuvieron buena experiencia.

**P:** ¿Sabías de la existencia de este evento previamente a la explicación del profesor? ¿Era la primera vez que practicabas el deporte de voleibol?

**R:** **41** No sabía de la existencia del Intercentros porque en primero no nos dijeron nada, nos lo dijeron un mes antes de participar, me pareció muy buena idea y en general a toda la clase, pero con el grupo que me tocó no estuve a gusto. Era la primera vez que practicaba el voleibol.

**P:** ¿Cómo se formaron los equipos?

**R:** **43** Los grupos estaban formados por sorteo, porque el profesor consideró que no se iban a poner de acuerdo. Eran mixtos, y si por sorteo un equipo era sólo de chicas o de chicos, cambiaba a algún miembro.

**P: 44** ¿Cuál crees que fue tu nivel de implicación?

Si hubiera estado con otro grupo mi nivel de implicación hubiera sido mayor, hubiera estado más motivada, porque en mi grupo pasaban de la actividad, a veces no venían a clase de EF y cuando venían no hacían nada. En el Intercentros algunos no asistieron porque no quisieron y otros porque estaban malos.

**P:** ¿Cómo consideras este deporte de sexo femenino, masculino o neutral?

**R: 42** Considero este deporte neutral, como todos los deportes, considero que ninguno es femenino ni masculino. Por ejemplo, decir que el fútbol está más vinculado a los chicos, para mí es un error porque también hay chicas que juegan muy bien y se les da menos importancia. Los medios de comunicación influyen en los estereotipos, por ejemplo, en la televisión siempre que echan partidos son masculinos, principalmente en deportes de equipo. Sí he visto gimnasia rítmica y patinaje de chicas, que está más vinculado a lo femenino. Los medios de comunicación potencian estos estereotipos de la sociedad.

**P: 44** ¿Crees que el Encuentro intercentros te motivó para esforzarte más en la preparación del mismo?

**R:** El Intercentros nos ayudó a implicarnos más en el aprendizaje del voleibol, aunque los que pasaban seguían siendo pasivos. A los que nos interesaba el Intercentros intentábamos hacerlo mejor y estar más atentos que en otros deportes que competimos sólo entre nosotros.

**P:** ¿Has encontrado alguna barrera a la hora de aprender y jugar al voleibol?

**R:** **45** No he encontrado ninguna barrera. Me gusta porque al ser equipos mixtos, me tocó jugar con otros compañeros y eso me ayudó a relacionarme, porque al final siempre estaba con mi grupo de amigas, sin darme a conocer bien a otra gente. Me parece un deporte que necesita de mucha comunicación entre sus integrantes.

**P:** ¿Crees que tienes habilidad para este deporte?

**R:** **44** No creo que tenga habilidad para este deporte, me gustó y lo intenté, pero comparado con otros compañeros soy muy mala.

**P:** ¿Cuál fue el progreso de preparación del intercentros? ¿Crees que una preparación previa ayuda a disfrutar más en el evento?

**R:** **43** El profesor nos enseñó los saques, controlar la pelota, pararla, un poco lo básico para poder jugar y no llegar a la competición demasiado perdidos. Luego con nuestro equipo hacíamos partidos con otros equipos de clase para practicar antes del Intercentros. El profesor nos vinculó hacia la diversión en la actividad, “si ganáis bien y si no también”.

**P:** Cuéntame cómo fue la experiencia en el Encuentro intercentros de voleibol.

**R:** **46** Cada grupo teníamos que llevar una equipación característica, luego fuimos al pabellón y mi grupo, aunque en las clases se implicaban algo porque estaba el profesor, en el momento que llegamos allí y cada uno iba a la suyo pasaron de todo. Empezaron los partidos y nosotros perdíamos todos. Luego hubo semifinal y final. Fue muy divertido, había vigilancia, pero no había mucho control por parte del profesor. Conocí a mucha gente de otros institutos, me

relacioné con gente de Huesca con la que ahora tengo muy buen trato. Dieron premios, pero no le dieron importancia.

**P:** ¿Cuáles fueron tus percepciones antes y después del encuentro?

**R:** **46** Mi percepción antes y después, cuando el profesor me explicó en qué consistía el intercentros pensé que iba a ser muy cutre, un profesor, cuatro redes y poco más. Cuando llegamos me quedé alucinada porque había mucha gente, vigilancia, muchos partidos, lo vi enorme. Yo no tengo ninguna vergüenza cuando la gente me ve actuar, en cambio otra gente de mi clase le daba mucha vergüenza jugar delante de otros. Sí me puse un poco nerviosa pero como siempre, no por la gente sino por mí y por hacerlo lo mejor posible. No me sentí observada, había gente que sí miraba los partidos, otros hablaban entre ellos, la gente no estaba muy pendiente del juego.

**P:** ¿Hubo algún incidente durante el evento?

**R:** **45** Robaron 5 móviles y 2 mochilas. El Pirámide está lleno de gitanos y esperan el día para intentar robar lo máximo posible.

**P:** ¿Crees que competir con otros institutos y otra gente mejora la implicación del equipo para hacerlo lo mejor posible? ¿Percibes la competición de intercentros de la misma manera que en clase o con mayor implicación?

**R:** **44** El jugar con otros institutos creo que motiva más porque no sabes cómo juegan y vas a darlo todo para ganar. En mi caso no fue así, pero por el grupo que tenía. En el Intercentros percibo más la competición, en clase es menos serio, allí te lo intentas tomar más enserio, aunque te de igual ganar y quedar en mejor puesto, pero yo fui para pasármelo bien.

**P:** ¿Te ha servido el intercentros para conocer un deporte interesante?

**R:** **51** El voleibol no me apasiona mucho, no me llena como otros deportes, pero me ha servido para poder adquirir unas bases y jugar algún día si se da el caso con mis amigos. Es un deporte que creo que necesitas llevarte bien con los compañeros porque se necesita comunicación, y esto ayuda a socializarte. El hecho de que haya distintas posiciones, antes del intercentros hablamos y nos pusimos de acuerdo para que todos juguemos y respetáramos, aunque sé de otros equipos que siempre jugaban los mismos.

**P:** ¿Has vuelto a jugar al voleibol posteriormente al evento? ¿Conoces a alguien que se haya animado apuntarse a algún club?

**R:** **52** Posteriormente he jugado alguna vez con mis amigas, pero no de forma seria. Dos de mis amigas participaron en el intercentros, y después del evento se animaron a apuntarse a un equipo de voleibol, donde entrenan de forma regular pero no compiten, al menos de momento, por preferencia propia.

**P:** Despues de tu experiencia en el intercentros, ¿te gustaría volver a participar en el intercentros de voleibol u otra modalidad deportiva?

**R:** **51** Me gustaría volver a participar en un Intercentros, por ejemplo, el de acrosport del año que viene me apetece mucho y creo que va a ser muy buena experiencia.

## **Entrevistada 2**

**Pregunta:** ¿Qué deportes te gustan?

**Respuesta:** **11** Me gustan bastantes, el voleibol me gustó bastante cuando lo practicamos en EF, desde siempre me ha gustado nadar, hubo una temporada que hice golf, también he hecho tenis, pero lo dejé porque no tenía mucho tiempo. Me gustan todos los deportes, pero no dedico tiempo a ellos.

**P:** ¿Cuáles son tus motivaciones para la práctica de actividad física y deporte?

**R:** **11** Motivaciones, me siento bien haciendo deporte, es una forma de desconectar, sueltas mucha energía y viene bien, y es una buena forma de hacer amigos.

**P:** ¿Y qué barreras encuentras para la práctica?

**R:** **13** Barreras la falta de tiempo sobre todo por estudios y por ayudar en casa, cuido a mi hermano. Aunque me gusten muchos deportes no he encontrado ninguno que me entusiasme como para sacar tiempo para practicarlo. Yo soy delgada de constitución por lo que mi interés no es por adelgazar, y con mis amigas como sólo salgo los fines de semanas no me impide a la hora de hacer deporte entre semana.

**P:** ¿Cómo ha sido tu experiencia en el deporte?

**R:** **12** Experiencias, he hecho tenis durante 3 años en el cole, golf durante un año fuera del colegio con mi padre, pero se me daba fatal, cursos de esquí cada invierno porque mi tío es monitor desde que era pequeña, ahora voy por mi cuenta, cursos de natación en verano, pero ahora ya no.

**P:** ¿Te has apuntado a algún deporte extraescolar?

**R:** **12** Extraescolares, este año no. Me apunté en el colegio.

**P:** ¿Qué deporte practicas ahora?

**R:** **12** Algún día me voy a correr con mi padre, bicicleta, esquí. A mi abuelo le encanta el senderismo y me lo intenta inculcar, pero a mí no me gusta. Pero hago estas actividades de forma no continuada, sólo de vez en cuando.

**P:** ¿Crees que el deporte está demasiado vinculado hacia la competición?

**R:** **12** Me parece bien que haya equipos para competir pero que también haya para pasártelo bien y pasar el rato. Creo que está demasiado vinculado a la competición y eso hace que no practique ningún deporte de equipo, porque todos los que he mirado entranan entre semana y el fin de semana compiten.

**P:** ¿Crees que la Educación Física es igual de importante que otras asignaturas?

**R:** **21** Es mi asignatura preferida porque lo que tienes que estudiar son cosas prácticas y te liberas, es como hacer deporte por tu cuenta, pero en horas de instituto. La considero igual de importante porque me parece que el deporte cuida tu salud y te hace estar activo en tu vida diaria. Mates o lengua son más importantes pero la EF es una de las más importantes.

**P:** ¿Qué actitud/comportamiento han tenido tus profesores de Educación Física?

**R:** **23** Actitud de los profesores, siempre ha sido muy buena. El profesor de este año nos entiende muy bien y se pone siempre en nuestro lugar. Siempre he tenido buena experiencia con ellos. Lenguaje del profesor nunca ha sido sexista y de hecho se refiere a nosotros como chicas y chicos.

**P:** ¿Y tus compañeros?

**R:** **23** Actitud de mis compañeros, siempre muy bien. Este año también han juntado mi grupo con el de PMAR en EF, al principio parecía un poco extraño, pero luego está genial porque he conocido otra gente.

**P:** ¿Percibes diferencias entre chicos y chicas en las clases de EF?

**R:** **25** Diferencias entre chicos y chicas, yo no tengo ningún problema, pero algunas chicas siguen separándose de los chicos, para mi yo tengo más amigos chicos que chicas. Por lo que ha marcado la sociedad y porque son más niñas. Siguen diciendo "si te toca con este chico es tu novio". En el tiempo libre el profesor nos dice que podemos jugar al deporte que queramos. Los chicos suelen jugar siempre a fútbol y a baloncesto. Las chicas nos juntamos y jugamos a otra cosa, pero muchas chicas juegan a baloncesto y fútbol con ellos y es aceptada perfectamente.

**P:** ¿Cómo se forman los grupos de trabajo en las clases?

**R:** **25** Los grupos, cuando los hace el profesor siempre son mixtos, cuando nos toca hacerlo a nosotros hacemos grupos de chicas y grupo de chicos, pero vamos yo no tengo ningún problema.

**P:** ¿Tú crees que en clase los chicos tienden a ocupar más espacio en el pabellón cuando realizáis tanto actividades como en el tiempo libre?

**R:** **25** Espacio ocupado, los chicos si pudieran se aprovecharían de todo el espacio, pero nosotras no les dejamos. El otro día tuvimos tiempo libre, y los chicos empezaron a jugar a fútbol y ocupaban todo el espacio, nosotras fuimos a hablar con ellos y pactamos una línea para que ellos jugaran a fútbol y nosotras

a balón prisionero. Los chicos no jugaban con nosotras, pero algunas chicas jugaron a fútbol o baloncesto con ellos.

**P:** ¿Utilizáis en clase material alternativo o exclusivamente tradicional? ¿Crees que el material alternativo incrementa la motivación del grupo?

**R:** **25** Materiales tenemos mucho material, y jugamos a juegos que nunca había oído, como el dachball y me gustó un montón. Estos juegos ayudan a la motivación, yo prefiero que sean cosas nuevas. En el colegio era siempre futbol y baloncesto, y aquí aun no lo hemos hecho.

**P:** ¿Tienes interés hacia la asignatura?

**R:** **21** Interés bueno hacia la EF, no se me da muy bien, pero me gusta mucho.

**P:** ¿Qué prefieres, ver distintos deportes en clase durante un curso en menos tiempo o centrarte en el aprendizaje de uno de ellos más profundamente?

**R:** **26** Yo prefiero hacer una o dos unidades didácticas al trimestre, y que por lo menos una acabe en Intercentros porque hizo que me gustara más la unidad didáctica y que me implicara más. Soy una persona muy perfeccionista, y si hacemos 3 clases de un deporte no puedo mejorar, cuanto más sabes de un deporte más te gusta, cuanto más practicas mejor se me da y me gusta más. Por ejemplo, el ping-pong se me daba mal y como hicimos pocas clases y no pude mejorar y no me terminó de gustar.

**P:** ¿Cuál es tu opinión sobre las actividades competitivo-recreativas?

**R:** **31** Opinión me parece que son muy divertidas, en voleibol me encantó porque conocimos mucha gente, también nos encontramos con gente que ya

conocíamos, me gustó la experiencia y ojalá lo sigan haciendo incluso más veces en un curso.

**P:** ¿Has participado en alguna actividad de este tipo?

**R:** **32** He participado en atletismo y voleibol, me gustó mucho más el voleibol. En atletismo había más pruebas para hacer, en voleibol sólo eran partidos de voleibol, era más competición de equipo y me gustan más los deportes de equipo. En atletismo había pruebas de grupo (relevos) e individuales. En el voleibol había más grupos, pero estaban repartidos en dos días, en el atletismo eran menos, pero todos en un día.

**P:** ¿Crees que puede ser una forma de promocionar la actividad física y el deporte?

**R:** **31** El Intercentros ayuda a promocionar el deporte, a mí me gusta el deporte, pero conozco otra gente que no le gusta la asignatura. Así, cuando se saca el deporte del ámbito escolar, ya no lo ves como una asignatura en clase con el profesor para hacer un examen, yo me lo sigo pasando bien, pero hay gente que no piensa así y esto te ayuda un montón, es una forma de hacer deporte pasándotelo bien.

**P:** ¿Consideras los *Encuentros Intercentros* competitivos, recreativos o ambos?

**R:** **33** Considero el Intercentros vinculado un poco de cada, es una actividad para que la gente se lo pase bien, conozca el deporte, encuentre algo nuevo que le guste, que conozca gente. Para mí es principalmente recreativo, pero luego tiene un papel competitivo porque la gente también va a ganar, pero de una forma buena.

**P:** ¿Sabías algo sobre los *Encuentros Intercentros* antes de que os lo dijera el profesor? ¿Era la primera vez que practicabas el deporte de voleibol?

**R:** 41 Nosotros ya estábamos enterados de que había una cosa muy guay de voleibol, cuando vinieron los de TAFAD a explicarnos toda la dinámica, nos enseñaron vídeos, hicimos los grupos y nos hicieron una foto. A la gente le gusta mucho estas actividades y va corriendo de boca en boca. Antes de hacer voleibol este curso sólo había jugado alguna vez en el pueblo, pero no de forma reglada, la primera vez que jugué bien es en el instituto. Reacción cuando se planteó fue genial, muy ilusionada y pensé “qué guay por fin algo diferente”.

**P:** ¿Consideras el voleibol de sexo femenino, masculino o neutral?

**R:** 42 Considero este deporte neutral, porque hay voleibol tanto femenino como masculino, no necesitas ninguna característica específica de chicos o de chicas, pueden jugar igual de bien.

**P:** ¿Cómo evaluó la unidad didáctica el profesor?

**R:** 47 El profesor nos evaluó conforme nos veía jugar en el Intercentros.

**P:** ¿Crees que el Encuentro te motivó para esforzarte más en clase para la preparación del mismo?

**R:** 44 Estaba motivada por saber que íbamos a jugar luego con otros institutos, y eso me ayudó a estar más concentrada en el aprendizaje. Me gusta forma de juego, los deportes de mano me gustan más que de pie, no es de hacer mucha fuerza, se necesita más agilidad y precisión.

**P:** ¿Has encontrado alguna barrera en esta actividad o durante su preparación?

**R:** **45** Barreras, porque no es tan conocido como otros, la oferta de extraescolares puede que no haya, no estar a gusto en tu grupo. No conozco ningún equipo en Huesca ni conozco a nadie que juegue a voleibol. De esta forma, no tenía ningún conocimiento previo antes de entrenar en clase y me sentía insegura al principio.

**P:** ¿Crees que tienes habilidad para este deporte?

**R:** **44** Me gusta mucho y me lo pasaba bien jugando, mejoré un montón porque yo entré sin saber jugar, y acabé jugando bastante bien en el partido para ser como se me dan a mí los deportes. No me considero muy buena porque había mucha gente mejor que yo, pero tampoco era de las peores. Considero que se me dan mal los deportes en general porque me comparo con otras personas, yo en tenis jugaba con otra gente mucho mejor que yo, pero eso no me impidió para jugar. Yo lo hacía para pasármelo bien.

**P:** ¿Qué hicisteis durante la preparación del evento? ¿Crees que te ayudó a disfrutar más de la actividad?

**R:** **43** Hicimos unas 6 clases, no son muchos días, pero para lo que nosotros damos en las unidades didácticas hicimos más días. Nos enseñó las normas, medidas del campo, diferentes formas de darle a la pelota, saques, posiciones, rotaciones, cada cosa en diferentes días. Los últimos días hicimos competiciones dentro de clase de los equipos. El tener una preparación antes de Intercentros mejoró mi autoconcepto, si hubiera ido directa no hubiera querido jugar ni me lo hubiera pasado bien porque si no tengo ni idea de jugar no me motiva nada.

**P:** ¿Crees que te implicaste en el Encuentro Intercentros?

**R:** 44 Nivel de implicación, a la gente le gustó un montón y la gente quería ganar y se esforzaron por ganar. Todos estábamos super ilusionados y queriendo darlo todo. Yo di todo, intenté jugar lo mejor posible y mi equipo iba a ganar. No sólo mi equipo, todo el mundo lo intentaba hacer lo mejor posible.

**P:** ¿Puedes explicarme cómo fue la actividad? Tu experiencia, cómo se formaron los equipos, cómo estaba organizado, etc.

**R:** 46 Experiencia, primero nos dieron una charla e 43 hicimos los equipos que tenían que ser mixtos, que hubiera por lo menos dos chicas y dos chicos. Hicimos los equipos como quisimos y no hubo ningún problema a la hora de hacerlos. 46 Nos hicieron una foto y tuvimos que elegir un nombre de equipo. Llegamos allí con autobús al Pirámide y entramos al pabellón, cada uno con su equipo diferenciados con una vestimenta para ir iguales, pero nosotros no nos lo curramos nada, una camiseta blanca y mallas negras. Cuando llegó todo el mundo se sentó en las gradas, por el micro explicaron la dinámica, en un póster pusieron los equipos que se enfrentaban, la fila y el número de campo. El pabellón estaba partido en diferentes filas, en cada fila había varios campos, había muchos partidos a la vez, cada partido duraba un cuarto de otro. Se jugaba 1 partido y se descansaba 2. Me tocó jugar contra 4 equipos, cada vez que ganabas te daban tantos puntos, y también contaba el respeto entre compañeros y al equipo contrario, si te saludabas al inicio y al final, felicitar al que ha ganado, buena organización y hacer bien las rotaciones, juego limpio. Al finalizar el partido salías por una puerta con un pasillo que salías afuera y volvías a entrar por otra puerta donde te daban un bocadillo. Cuando descansaba yo estaba en las gradas. Había un proyector el cual se actualizaba y ponía las clasificaciones,

quien había ganado y los puntos que habían conseguido. De los tres grupos que había, había un ganador de cada columna, siendo 3 equipos ganadores. Nosotros quedamos 2º. En mi instituto nos tocó a unos en el 1º grupo, otros en el 2º y otros en el 3º. Durante el evento, los organizadores estaban unos de árbitros, otros con el micrófono y otros de monitores de juegos dentro del pabellón, por ejemplo, a ver quién hacía más sentilladas, flexiones, baile, mejores chistes, plancha. Al final del evento dieron premio a los ganadores de cada grupo y también de los diferentes juegos, de la vestimenta, etc. Duró toda la mañana. Hubo 12 partidos en total y cada equipo jugó 4 partidos. El profesor nos dejó total libertad, yo no me lo encontré en toda la mañana, nosotros estábamos a cargo de los del TAFAD. Los alumnos de otros institutos sí que su profesor estaba sentado en un sitio concreto por si algún alumno necesitaba algo, pero no fue nuestro caso.

**P:** ¿Cuáles fueron tus percepciones antes y después del Encuentro?

**R:** **46** No me esperaba que fuera a haber tanta gente y un mucha a la que conocía porque todos son de mi edad y de Huesca, cuando salgo los sábados los veo. No me esperaba tan buena organización, pensé que sería más pequeño el espacio, menos gente, ni que hubiera haber juegos, ni bocadillos. Yo pensé que jugarían 4 equipos a la vez y me iban a estar mirando, pero luego llegué allí y había muchos equipos jugando, por lo que no sentí que me miraban ni sentí vergüenza en ningún momento. Fue mucho mejor de lo que me esperaba. Yo me sentí muy ilusionada todo el rato, no paramos en toda la mañana, cuando no jugaba a partidos iba a jugar a otros juegos, pensé que se iba a hacer larga la mañana y para nada. Yo iba pensando que iba ser guay jugar contra otros equipos pero que no nos íbamos a relacionar y que me iba a mirar todo el mundo,

y fue todo lo contrario. Los institutos se juntaron entre sí y fue una experiencia que ojalá repitiera más veces al año.

**P:** ¿Crees que la competición en Intercentros es más o menos seria que la competición con tus compañeros en clase de EF?

**R:** **44** La competición en Intercentros la veo de distinta manera porque es algo más grande, **47** siempre hacemos competido en el instituto para evaluar la unidad didáctica y me pone nerviosa, en el Intercentros no sabía si me estaban evaluando y no me preocupé en ningún momento de eso. **44** Las competiciones en clase se hacen con gente que ya conoces y siempre ganan los mismos, allí hay más nivel y gente nueva, y esto ayuda a esforzarte más y a implicarte más en la actividad.

**P:** ¿Te ha gustado aprender la modalidad de voleibol con el fin de participar en un Encuentro Intercentros?

**R:** **51** Me ha servido para conocer un deporte interesante, incluso pensé en apuntarme a una extraescolar de voleibol, pero no es fácil encontrar un equipo como lo es encontrar otros como el fútbol.

**P:** ¿Has vuelto a jugar al voleibol después del Encuentro? ¿Conoces a alguien que se haya animado apuntarse a algún equipo?

**R:** **52** Ahora juego alguna vez fuera del instituto y también en los recreos. Después del intercentros nos juntamos distintos equipos y jugábamos, pero ahora ya no. A veces juego con mis amigas fuera del instituto. Encontramos un club de voleibol, pero para jugar de forma profesional y yo quería apuntarme para pasármelo bien y hacer deporte, al igual que en balonmano cuando busqué para apuntarme. Me gustaría ir a entrenar tantos días a la semana y ya está, no

competir. No conozco a nadie que se haya apuntado a raíz del Intercentros, ni que antes practicara. De atletismo sí que había mucha gente porque una de las extraescolares del instituto es el Zoiti, y una amiga sí se apuntó a raíz del intercentros a atletismo.

**P:** ¿Te gustaría volver a participar en el intercentros de voleibol o de otro deporte?

**R:** **51** Ojalá hicieran más Intercentros, de otros deportes y que por lo menos hubiera cada curso uno. El año que viene creo que no participamos en nada, se debería promover más este tipo de actividades porque yo sentí implicación por parte de todos mis compañeros en la preparación y en la participación del evento. Cuando hay una unidad didáctica que acaba con Intercentros ayuda a crear mayor motivación, es mucho mejor saber que estamos aprendiendo para luego hacerlo bien en una actividad más grande con más gente que acabar con un examen. Tienes más ilusión en mejorar y hacerlo bien. Aprendí mucho para las pocas clases que hicimos y luego allí yo me sentí bien de cómo lo iba a hacerlo.

### **Entrevistada 3**

**Pregunta:** ¿Qué deportes te gustan y cuáles has practicado?

**Respuesta:** **11** Me gusta el baloncesto, el bádminton y bailar, aunque sólo practico el baloncesto. En verano nado en la piscina, aunque no de forma reglada en un equipo. Me gusta el baloncesto desde pequeña, aunque lo dejé durante un tiempo porque no estaba a gusto con el equipo. Cuando llegué al instituto salió equipo extraescolar y me apunté, y estoy muy contenta. Como extraescolar también funky, que llevo practicando desde 3º de primaria, pero en un club. **12** Este curso he hecho baloncesto, que entrenaba lunes, miércoles y viernes y partido los sábados; y también funky sólo los sábados por la mañana después de los partidos. El deporte que más me gusta es el baloncesto.

**P:** ¿Cuáles son tus motivaciones para la práctica?

**R:** **11** Mis motivaciones son mejorar como jugadora y disfrutar, para verme bien y mantener mi salud. También bajar peso, pero ahora me encuentro bien.

**P:** ¿Y qué barreras encuentras?

**R:** **13** Principalmente los estudios porque me quitan mucho tiempo, cada vez tengo más carga de trabajo, aunque saco tiempo para hacer deporte, y creo que todo el mundo si quiere puede sacar tiempo. Además, a mí me ayuda a concentrarme mucho mejor después de los entrenamientos.

**P:** ¿Ha sido buena tu experiencia en el deporte?

**R:** **12** Yo de pequeña era gordita y no hacía nada de deporte, sólo funky un día a la semana. Hacía 9 extraescolares: teatro, pintura, inglés, funky, baloncesto, bailes modernos dos días a la semana, guitarra, piano y coro. Este verano

empecé a cambiar porque me di cuenta de que no me encontraba bien y empecé a hacer más deporte, me iba a andar y correr con mi hermana, empecé a comer mejor, y ahora me siento mucho mejor. Considero que el deporte me ayudó a mejorar mi autoestima y a verme mejor. **13** Practicaba baloncesto, pero lo dejé un tiempo por el equipo y porque no hacíamos nada, me dejó de motivar, hasta dejó de gustarme. Creo que tener un buen clima, un buen entrenador y buen equipo ayuda mucho.

**P:** ¿Y tu experiencia en la asignatura de Educación Física como la consideras?

**R:** **21** Mi experiencia, a veces me sentía incómoda en el colegio porque había cosas que se me daban mal y me sentía patética. En deportes como el baloncesto sí me sentía a gusto. El año pasado probé en la asignatura bádminton y me encantó, gracias el instituto he conocido un deporte que me interesa, de hecho, dudé entre apuntarme a bádminton o baloncesto. Elegí el baloncesto porque me llamó el entrenador y me decanté por eso. En el salto de altura y volteretas me sentía patética y no me sentía nada cómoda también por el hecho de que todos te miraran y me sentía inferior. Pero en general mi experiencia ha sido buena.

**P:** ¿Cuál ha sido la actitud/comportamiento de tus profesores?

**R:** **23** La actitud de mis profesores siempre ha sido buena, nunca me he sentido mal ni me han hecho sentirme inferior por estar gordita y fallar en algunos deportes o juegos. Nunca he percibido nada sexista, ningún comentario ni nada hacia el machismo.

**P:** ¿Y la actitud/comportamiento de tus compañeros?

R: **23** Me he sentido inferior en EF con respecto a mis compañeros principalmente por mi peso, además de pequeños recibía comentarios por parte de ellos y hacía aún más sentirme mal, pero ahora estoy a gusto con mi clase.

P: ¿Cuál es tu actitud/comportamiento en las clases de EF?

R: **23** Yo voy con ganas, hay chicas de mi clase que se inventan excusas para no hacer EF, y sin embargo yo tengo ganas de que llegue la clase. He notado un cambio, antes era muy pasiva y ni siquiera quería probar a hacer las cosas por miedo a que se rieran de mí, ahora sí las pruebo, aunque falle.

P: ¿Percibes diferencias entre sexo femenino y masculino durante las clases al hacer las actividades?

R: **25** En el colegio los chicos se metían más con las chicas porque se creían superiores, ahora también pero menos marcado. Quizás porque siempre el chico se cree superior en el deporte que la chica y por la educación de su casa.

P: ¿Cómo se forman los grupos de trabajo en las clases? ¿Hay separación de chicos y chicas?

R: **25** Depende del deporte. Él suele intentar que sean mixtos, nos deja formarlos como queramos, pero si ve que hay mucha diferencia de nivel entre unos y otros nos cambia. Pero por ejemplo me acuerdo que en balonmano primero eran grupos separados por género, y luego nos juntamos. A mi me da igual ir con chicos o chicas, no me supone ningún problema.

P: ¿Crees que en clase los chicos ocupan más espacio en el pabellón cuando hacéis las actividades y en el tiempo libre?

R: **25** El espacio ocupado por los chicos en el pabellón, cuando nos dejan tiempo libre nos juntamos chicas con chicos y jugamos todos juntos. Suelen jugar más chicos al fútbol y las chicas que no quieren jugar juegan al balón prisionero. Yo por ejemplo me voy con los que quieren jugar al baloncesto. En mi clase todos los chicos juegan a algún deporte y siempre hay alguna chica que no juega a nada y se esconde del profesor.

P: ¿Crees que el material alternativo puede mejorar la motivación del grupo al ser novedoso para todos?

R: **25** Los materiales utilizados en clase, yo creo que jugar a algo nuevo con otros materiales ayuda a motivar al grupo, porque nadie conoce el juego y hay mayor igualdad entre chicas y chicos.

P: ¿Consideras la Educación Física igual, más o menos importante que otras asignaturas?

R: **21** Mi interés hacia la EF me gusta mucho, y la considero igual de importante que otras asignaturas, es una hora de levantarme de la silla y disfrutar. Creo que debería haber por lo menos tres horas a la semana.

P: ¿Qué es lo que más te gusta de la Educación Física?

R: **21** Me gusta algunas modalidades del atletismo, como salto de vallas, resistencia, velocidad, etc. Me enseñaron la técnica correcta para correr y **12** ahora a veces me suelo ir a correr con mi hermana cuando viene de la universidad, o con una amiga cuando quiere, pero yo sola no me gusta irme. Cuando estoy agobiada en casa me ayuda a desfogarme.

**P:** ¿Has encontrado alguna barrera en la asignatura, a parte de lo que me has comentado antes de tu peso?

**R:** **22** Tuve problemas de espalda que me impedían hacer según qué actividades y me mandaron unos ejercicios de rehabilitación que eran principalmente aeróbicos, por eso también salgo a andar y a correr. Gracias a eso me ha ayudado a mejorar el problema.

**P:** ¿Crees que es mejor ver variedad de deportes sin profundizar mucho en ellos para que los conozcáis y podáis seguir formándoos luego fuera si os interesa, o es mejor aprender menos deportes, pero con más dedicación en cada uno de ellos?

**R:** **26** Prefiero practicar en la asignatura más variedad de deportes, aunque no lo aprendas perfectamente, porque puedes conocerlos y si luego te gusta puedes practicarlo fuera del instituto y perfeccionarlo. Hay deportes que no me gustan mucho, pero como hacemos pocas clases no me importa porque luego haremos algo que me guste más.

**P:** ¿En qué actividades recreativo-competitivas has participado?

**R:** **32** Participé en voleibol y carrera nocturna este año con mi grupo de amigas. El Intercentros de atletismo era voluntario y yo no participé el año pasado, tuve que ir, pero no corrí. En otros institutos era obligatorio, pero en el mío no, sí hicimos unas clases de atletismo antes de la actividad, pero yo no me animé a participar porque yo el año pasado aún no me sentía bien con mi cuerpo.

**P:** ¿Consideras que estas actividades sirven para promocionar la actividad física y el deporte?

**R:** **31** Me parece una actividad interesante porque, aparte de que te juntas con gente de Huesca, es una buena forma de promocionar el deporte para gente que no practique deporte, creo que es una buena alternativa porque no vas sola, vas con gente del instituto y allí te juntas con otra gente, eso es lo que más me gusta de este tipo de actividades.

**P:** ¿Crees que tu nivel de implicación ha sido bueno?

**R:** **32** Mi nivel de implicación es buena, me dio rabia porque después de ver lo bien que se lo pasaron mis compañeros en el Intercentros de atletismo tendría que haberme apuntado. Yo no sabía en qué consistía y como no era obligatorio no quise apuntarme. De haber sabido cómo era hubiera participado, no influyó en ese caso el tipo de deporte, fue por mí y por cómo me sentía. En voleibol sí me esforcé porque hicimos previamente en el instituto, Y el hecho de haberlo practicado antes me ayudó a conocer normas y técnicas básicas para poder jugar. La nocturna no fui muy enserio, porque fui con mis amigas, pero fui corriendo y no me paré en ningún momento.

**P:** ¿Crees que los *Encuentros Intercentros* competitivos, recreativos o ambos?

**R:** **33** Considero la actividad competitiva y recreativa. Depende del tipo de persona, yo iba a pasármelo bien y si ganaba pues mejor, pero sí había gente que se lo tomaba muy enserio y sólo quería ganar. En general el interés de los chicos era más ganar y el de las chicas más conocer gente y divertirse.

**P:** ¿Sabías que existía un Encuentro Intercentros de voleibol previamente a la explicación del profesor? ¿Habías practicado voleibol alguna vez?

**R:** **41** Antes de llegar al instituto no conocía los Intercentros, nunca había participado en algo parecido. Tampoco nadie me había comentado nada, y en primero cuando conocí a gente de otros cursos sí me contaron algo sobre ellos, y me gustó la idea porque nos íbamos a juntar con otros institutos. Era la primera vez que practicaba el voleibol, me apeteció probarlo porque nunca había jugado y no es muy conocido.

**P:** ¿Crees que este deporte está más vinculado al género femenino, masculino o neutral?

**R:** **42** Considero el voleibol neutral, tanto chicas como chicos pueden practicarlo igual de bien. Creo que hay estereotipos y los medios de comunicación transmiten más partidos de chicos que de chicas. Creo que se ven más a las chicas en deportes individuales que en colectivos, por ejemplo, atletismo o en natación.

**P:** ¿Crees que tu motivación incrementó con la presencia del Encuentro Intercentros para esforzarte más en las clases de EF?

**R:** **44** Considero que este encuentro ayudó a motivarnos porque si compito con los de mi clase me da igual ganar o perder, pero el saber que después de practicar en clase iba a jugar con otra gente hizo que nos esforzáramos más. En clase practicamos hasta estrategias para hacer en el torneo. Me motivaba el deporte en la asignatura para aprender la técnica y normas y mejorarlas.

**P:** ¿Has encontrado alguna barrera a la hora de aprender y jugar al voleibol?

**R:** **45** No he encontrado ninguna barrera a la hora de aprender.

**P:** ¿Te consideras una persona hábil en voleibol?

**R:** **44** No considero que tenga mucha habilidad para este deporte, porque comparado con otras personas no tenía el mismo nivel. No creo que este deporte sea difícil para aprender las cosas básicas, pero para hacerlo a nivel profesional todos los deportes se necesita entrenar mucho.

**P:** ¿Cuál fue el progreso de preparación del intercentros?

**R:** **43** El profesor nos enseñó los distintos tipos de saques detrás de la línea, tipos de toques, posiciones, rotaciones, estrategias, rematar casi no lo practicamos. Esto me ayudó a ganar confianza porque sino yo no hubiera querido participar porque nunca había jugado al deporte. íbamos cambiando de grupos de juego, y competíamos unos contra otros para practicar.

**P:** ¿Formasteis vosotros los equipos o los hizo el profesor? ¿Eran mixtos?

**R:** **43** Hicimos equipos mixtos elegidos por nosotros, pero con la condición de que hubiera 2 chicos y 2 chicas en el grupo. Nos tuvimos que preparar la vestimenta para distinguirnos unos grupos de otros y había premio en el torneo.

**P:** ¿Crees que tu nivel de implicación fue bueno en la actividad?

**R:** **44** El nivel de implicación del grupo fue en general bien, nos esforzamos durante las clases. Éramos 3 chicos y 2 chicas. Había alguno que era líder y que nos exigía más, y si fallábamos nos gritaba, porque él iba a ganar y se creía el mejor del equipo. Los demás sí que nos animaban y nos explicaban como hacerlo mejor.

**P:** Cuéntame cómo fue la experiencia en el Encuentro intercentros de voleibol, la organización, los premios que se dieron, etc.

**R:** **46** El evento duró 2 días, a sorteo un día fueron unos y otro día fueron los restantes. Fuimos en bus al pabellón del Pirámide, que era enorme. Allí nos juntamos muchos institutos y nos dejaron muy libres los profesores, ellos estaban vigilando y controlando, pero con libertad y eso me gustó mucho. Había gente que se había currado un montón los disfraces. Desde las gradas podías ver jugar a los equipos.

**P:** ¿Cambiaron tus percepciones antes y después del Encuentro Intercentros? ¿Cómo te lo esperabas y cómo fue?

**R:** **46** Me lo esperaba peor, no nos iban a dejar tan libres, que la gente me iba a observar mientras jugara porque me esperaba un pabellón más pequeño y que iba a haber menos partidos a la vez. Lo pinté peor de lo que luego fue, que me lo pasé muy bien y no sentí vergüenza en ningún momento. Casi toda la gente la conocía y pude encontrarme con ellos. Jugar con otra gente es lo que más me gustó.

**P:** ¿Consideras el voleibol un deporte interesante una vez que has participado en Intercentros?

**R:** **51** Me ha servido para conocer un deporte interesante, pero tampoco me interesa como para practicarlo de continuo porque yo juego baloncesto.

**P:** ¿Has vuelto a jugar al voleibol después del evento? ¿Conoces a alguien que se haya animado apuntarse a algún club o que juegue de manera espontánea?

**R:** **52** Después del evento he practicado vóley-playa con mi familia y amigos, pero no de forma regular ni muy reglada. Si no hubiera hecho voleibol este año no me animaría a jugar fuera de clase. No conozco a nadie que se haya animado a apuntarse a voleibol después del Intercentros. Yo ya practico baloncesto y funky y no tengo más tiempo de apuntarme a otro deporte. Si tuviera más tiempo me apuntaría al bádminton.

**P:** Despues de tu experiencia en el Intercentros, ¿te gustaría volver a participar en el intercentros de voleibol u otra modalidad deportiva?

**R:** **51** Me gustaría volver a participar en un Intercentros, ojalá el año que viene haya. Se debería de promocionar Intercentros de otros deportes, porque es una actividad fuera del centro que siempre gusta cambiar. Creo que el hecho de que en cada curso se haga un deporte y no nos mezclemos con gente mayor porque, aunque la experiencia sería bonita, sería injusto. Me parece bien esa organización.

#### **Entrevistada 4**

**Pregunta:** ¿Qué preferencias tienes en el deporte?

**Respuesta:** **11** Yo he hecho siempre natación y me gusta mucho. Ahora no hago natación porque tengo siempre neumonías y tuve que dejar de entrenar de forma regular. A mí me gusta mucho el agua y desde pequeña empecé con este deporte. Entrenaba con un equipo de competición, pero como los fines de semana no estaba, no competía, sino que entrenaba 2 o 3 días a la semana. También me gusta mucho el baile. Me gusta ver Gimnasia rítmica porque en el colegio todas mis amigas hacían y yo además de verlas también veía vídeos de gimnastas. Yo hice de muy pequeña y luego dejé de hacer.

**P:** ¿Te has apuntado a algún deporte extraescolar en el colegio o instituto?

**R:** **12** Como extraescolar, el año pasado y el anterior hacía natación con un grupo que hay en el instituto y también he hecho teatro en el colegio,

**P:** ¿Cuáles son tus motivaciones para practicar actividad física?

**R:** **11** Me gusta hacer deporte para estar en forma y sobre todo para sentirme bien.

**P:** ¿Practicas algún deporte actualmente?

**R:** **12** Al dejar la natación que eran 2 horas me quedé de repente sin hacer nada y como yo quería hacer algo, aunque fuera poco tiempo, los fines de semana salgo a correr con una amiga y así **11** además de hacer deporte puedo estar con ella.

**P:** ¿Qué barreras o impedimentos tienes en la práctica?

**R:** **13** Cuando dejé la natación no me planteé otro deporte porque comencé en el conservatorio cuatro días a la semana y entre las 10 horas a la semana en el conservatorio y con las clases me resultaba imposible. Además, el poco tiempo que me queda libre me apetece hacer otras cosas.

**P:** ¿Crees que el deporte actualmente está demasiado vinculado hacia la competición?

**R:** **12** El deporte está bastante vinculado a la competición porque siempre tienen un ganador, sin embargo, yo voy a correr por gusto, hago deporte igual que otros, pero no me hace falta demostrar que soy mejor que ellos.

**P:** ¿Cómo consideras que ha sido tu experiencia en Educación Física?

**R:** **21** En el colegio la Educación Física se me daba bastante mal, pero al pasar al instituto, no sé por qué, se me daba bastante mejor. **22** En el colegio, a veces, tenía un poco de miedo porque es como que a todos se les daba muy bien y yo no quería fallar. **23** Además, el profesor era muy serio, muy estricto y hacías una cosa mal y tampoco te dejaba repetir el ejercicio y rectificar. He notado cambio del colegio al instituto, ahora hacemos mucha variedad de actividades, probamos muchos deportes, hacemos alguna salida, etc. En el colegio me acuerdo de ir al pabellón y hacer juegos toda la clase.

**P:** ¿Qué actitud/comportamiento han tenido tus profesores de Educación Física?

**R:** **23** La actitud del profesor ha sido muy positiva, los profesores que he tenido son muy majos y vengo muy a gusto. Tengo amigas que buscan cualquier excusa para no hacer Educación Física, pero a mí me gusta la clase

**P:** ¿Percibes diferencias entre géneros en las clases de EF? ¿Puedes poner algún ejemplo?

**R:** **25** En el instituto no tanto, **23** pero en el colegio cuando el profesor quería enseñarnos un nuevo ejercicio, o juego siempre sacaba a chicos para mostrárnoslo, los chicos se mostraban como más chulos en esta asignatura. Pensaban que si hacían una actividad de grupo por el hecho de que hubiera chicas iban a perder. En segundo, en fútbol, se pasaban el balón entre ellos y a las chicas que estábamos en el mismo equipo no nos las pasaban. Se nota sobre todo en los deportes de equipo. En este curso se muestran más maduros y no les importa tanto si hacen las actividades con chicas. **25** Un caso en el que se vieron muchas diferencias entre género femenino y masculino fue en la unidad de baile, nosotras teníamos que montar las coreografías, ellos no querían participar, y ni siquiera querían bailar. En el baile teníamos que ponernos nosotras en primera posición. La verdad que no lo entiendo porque nosotras, aunque un deporte no se nos daba bien nos esforzábamos al hacerlo.

**P:** ¿Crees que tu actitud hacia la asignatura de Educación Física es buena?

**R:** **23** Mi actitud ante el deporte es positiva, pero si es un deporte que no se me da bien me da más vergüenza participar, por el qué pensarán o si dirán algún comentario sobre lo mal que lo he hecho.

**P:** ¿Cómo soléis hacer los equipos de las actividades en clase? ¿Hay separación por sexo o son mixtos?

**R:** **25** Cuando el profesor nos propone una actividad, nos deja elegir y, por norma general, hacemos grupos de chicos o de chicas por separado.

**P:** ¿Utilizáis en clase material alternativo en clase? ¿Crees que los juegos nuevos y alternativos ayudan a mejorar la motivación del grupo?

**R:** **25** Me gusta que nos planteen actividades nuevas con material diferente, primero porque me motivan más y después porque todos estamos en las mismas condiciones y tenemos las mismas oportunidades de participar. Mejora el ambiente en clase y la motivación por parte de todos.

**P:** ¿Encuentras alguna barrera en la asignatura?

**R:** **22** No he encontrado ningún tipo de barrera en esta asignatura aparte de mis neumonías constantes que me impiden hacer actividad física durante el proceso de recuperación.

**P:** ¿Sientes interés hacia la Educación Física?

**R:** **21** Esta asignatura me gusta por cuestiones de salud, para encontrarme mejor pero además la dinámica de la clase es muy diferente a otras asignaturas. Me permite moverme, relacionarme con otra gente. En Educación Física nos mezclan con otra clase, vamos la mitad de cada clase.

**P:** ¿Consideras la asignatura de Educación Física igual de importante que otras?

**R:** **21** Yo creo que es tan importante como otras asignaturas.

**P:** ¿Consideras que durante el curso es mejor tocar pinceladas de distintos deportes o crees que es mejor centrarse en menos deportes pero trabajarlos con más detalle?

**R:** **26** Yo prefiero tocar distintos deportes porque así veo cosas diferentes, aunque no me haga experta en eso. Judo no lo había visto antes, dimos sólo dos

clases, pero pude conocer algo nuevo, y si algún deporte me gusta puedo practicarlo y mejorar fuera del instituto.

**P:** ¿En qué actividades competitivo-recreativas has participado o conoces?

**R:** **32** Este año he participado en intercentros de la actividad de cross. El año pasado en el de voleibol y en diferentes carreras como la nocturna y la marcha de ASPACE. Me gustó más el Intercentros de voleibol, porque es un deporte de equipo, donde en la competición no te mides de forma individual, como fue el caso del atletismo.

**P:** ¿Cómo consideras tu experiencia en este tipo de actividades?

**R:** **32** Este año, por ejemplo, nuestro profesor de Educación Física nos avisó de que había cross y fuimos a la ciudad deportiva los participantes de todos los institutos de Huesca. Primero corrieron los chicos, luego las chicas y nos medían el tiempo. Yo prefiero que hagamos por separado la carrera porque así corremos en las mismas condiciones, me parece más justo. La única pega que veo al cross es que al ser voluntaria va muy poca gente, fuimos sólo. Tengo compañeros que si no se les da bien y creen que van a hacer una mala marca prefieren no exponerse. A la carrera nocturna fuimos muchos alumnos del instituto, de mi clase casi todas las chicas porque nos animamos unas a las otras, y era una buena forma de juntarnos fuera del instituto.

**P:** **31** ¿Qué opinión tienes sobre ellas? ¿Crees que puede ser una forma de promocionar la actividad física y el deporte?

**R:** Este tipo de actividades creo que promocionan y promueven el deporte, por eso tienen que darles más publicidad para que la gente se entere y pueda participar. A veces no se publicitan lo suficiente y la gente no entiende en qué

consiste. Es una buena forma de hacer deporte de forma divertida y diferente. Creo que es una buena forma de promocionar el deporte y animar a la gente a practicar actividad física en su tiempo libre.

**P:** ¿Consideras los *Encuentros Intercentros* competitivos, recreativos o ambos?

**R:** **33** Considero el Intercentros de ambos tipos, pensaba que iba a ser mucho más competitivo, pero luego fui y los premios, por ejemplo, no sólo se fijaban en el equipo ganador de los partidos, sino también al equipo más divertido, mejor vestimenta, etc.

**P:** ¿Habías oído hablar del Intercentros de voleibol antes de la explicación del profesor? ¿Habías practicado el voleibol alguna vez? ¿Cuál fue la reacción del grupo?

**R:** **41** Las actividades Intercentros las he conocido en el instituto porque en el colegio no hacíamos nada de esto. Yo conocía el acrossport por amigos que me lo habían comentado. La primera vez que he practicado vóley ha sido en el instituto precisamente para participar en Intercentros. Cuando el profesor nos comunicó que íbamos a participar en una actividad de vóley en intercentros a mí personalmente me gustó la idea porque además tenía amigas en otros institutos y me apetecía mucho compartir esa experiencia con ellas. A mi clase, en general, también le gustó la idea y eso hizo que tuviéramos una meta común y que disfrutáramos jugando al voleibol.

**P:** ¿Cómo consideras este deporte de sexo femenino, masculino o neutral?

**R:** **42** Los deportes de equipo los veo más masculinos. Ya sé que en cualquier deporte puede haber equipos masculinos o femeninos, pero tal vez los medios de comunicación en los que siempre ves equipos masculinos me han influido a

pensar así. Los deportes individuales los considero tanto masculinos o femeninos por igual, en los Juegos Olímpicos podemos verlo.

**P:** ¿Cuál crees que fue tu nivel de implicación?

**R:** **44** El hecho de poder ganar a otros institutos nos motivaba en los entrenamientos e incluso quedamos una tarde para practicar. **43** Antes de participar dedicamos varias sesiones de Educación Física a entrenar. Si en vez de Intercentros hubiera sido con la clase no me hubiera implicado ni esforzado tanto.

**P:** ¿Crees que el Encuentro te motivó y al grupo para esforzarte más en su preparación?

**R:** **44** Cuando hacemos una unidad didáctica en clase, en la evaluación pasamos de las actividades, pero, sin embargo, con la preparación del evento quisimos practicar mucho para hacerlo lo mejor posible. Me gusta del vóley la forma de juego, es decir, cada uno tiene su posición y todos juegan, no como por ejemplo en el fútbol, que se la pasan entre los mejores y los demás no tocan la pelota. Todos estábamos más motivados porque al estar con otros centros también quieras demostrar que se me da bien.

**P:** ¿Consideras que tienes habilidad para este deporte?

**R:** **44** Creo que tengo habilidad, pero hay cosas que se me dan mejor, no se me daba mal, pero tendría que seguir practicando para mejorar, porque era la primera vez que jugaba. Es un deporte que, con aprender los conocimientos básicos, luego puedes jugar fuera del instituto.

**P:** Cuéntame qué actividades o aspectos técnicos trabajasteis para preparar el Intercentros. ¿Cómo hicisteis los grupos?

**R:** **43** Primero nos enseñaron lanzamientos, toques, por parejas nos lo pasábamos. Luego hicimos partidos, donde íbamos cambiando los grupos y ya cuando hicimos los grupos del intercentros ya practicábamos con nuestro equipo. Me pareció bien hacer grupos mixtos de forma aleatoria porque así también juegas con otros compañeros, no siempre con los mismos.

**P:** ¿Puedes contarme cómo fue tu experiencia en el Encuentro de voleibol?

**R:** **46** Llegamos y había varias redes, con un árbitro en cada campo. Cada equipo pertenecía a un grupo, y se iban jugando partidos. Los que iban ganando se juntaban con los que ganaban, hasta que salió el ganador. Había bastantes premios, no sólo al que ganó más partidos, pero la verdad que nadie le dio mucha importancia. Me hice un esguince jugando, jugué la mitad de los partidos y ya no pude jugar más, pero estuve en la grada viendo jugar y hablando con gente de otros centros.

**P:** ¿Cuáles fueron tus percepciones antes y después del encuentro?

**R:** **46** Yo pensaba que me iba a dar vergüenza porque iba ser muy serio, más competición, con mucha gente, pero había tantos equipos jugando a la vez que estaba mucho mejor, era todo muy animado, había gente disfrazada, me sentí cómoda jugando.

**P:** ¿Te acuerdas de cómo evaluó la unidad didáctica el profesor?

**R:** **47** El profesor nos evaluó antes de ir al intercentros, viéndonos jugar en clase, y luego apuntó cosas en el Intercentros, pero como yo no sentí que me estaba evaluando no tuve presión y disfruté jugando.

**P:** ¿Percibes la competición de intercentros de la misma manera que en clase o con mayor implicación?

**R:** **44** La competición en Intercentros la percibo con mayor implicación, en clase te esfuerzas, pero en intercentros yo creo que nos implicamos todos bastante porque nos hacía ilusión ganar. Sí hay gente que quiere demostrar dentro de la clase que es bueno en todos los deportes y que se esfuerza mucho, pero en el intercentros son uno más y hay gente igual de buena incluso mejor que ellos.

**P:** ¿Te ha servido la unidad didáctica de voleibol y el Intercentros para conocer un deporte interesante?

**R:** **51** Me ha servido para conocer un deporte interesante, antes conocía el vóley, pero no había jugado nunca. **52** Ahora juego con mis primos los domingos en el

**P:** ¿Conoces a alguien que se haya animado apuntarse a voleibol fuera del instituto después del Intercentros?

**R:** **52** Conozco a tres amigas que después de intercentros se apuntaron a un equipo de voleibol que primero sólo entrenaban, pero luego empezaron a competir.

## **Entrevistada 5**

**Pregunta:** Cuéntame primero qué deportes te gusta practicar.

**Respuesta:** **11** Me gusta la gimnasia rítmica, atletismo y balonmano. He practicado balonmano alguna vez fuera del instituto, por ejemplo, en un torneo el fin de semana pasado que nos ofertó el equipo de Huesca de balonmano que vino a Educación Física, y lo ganamos. En el torneo no conocía a los miembros del grupo, pero me lo pasé muy bien, era la primera vez que practicaba el balonmano en un torneo. **12** Gimnasia rítmica hice de pequeña en colegio durante la etapa de infantil hasta 5º de primaria. Lo dejé porque me gustaba el deporte, pero me aburría y no hacíamos nada y preferí probar otra cosa. El atletismo nunca lo he practicado fuera del ámbito escolar.

**P:** ¿Qué motivaciones tienes para la práctica de actividad física y deporte?

**R:** **11** Mis motivaciones hacia el deporte son: estar en forma, cuidar mi cuerpo y encontrarme bien conmigo misma. También he visto un cambio en mis motivaciones, porque cuando era más pequeña hacia deporte porque me gustaba y ahora me centro en estar en forma. Este año me he apuntado al gimnasio por primera vez, donde hacía clases dirigidas pero este año quiero apuntarme a probar las máquinas. He notado cambios en mi cuerpo, he engordado y por eso miro más por mi físico que antes. Prefiero hacer ejercicios en casa porque es más cómodo para mí. Pero el año que viene quiero apuntarme a atletismo con una amiga. **13** Los estudios no me quitan tiempo porque tampoco estudio mucho.

**P:** ¿Te has apuntado a algún deporte extraescolar ofrecido por el colegio?

**R:** **12** He practicado extraescolares en el colegio, no en el instituto. Me apunté a gimnasia rítmica y estuve bastantes años, hasta que me cansé.

**P:** ¿Qué deporte o actividad practicas en la actualidad?

**R:** **12** No practico deporte actualmente, pero me he descargado una aplicación en el móvil para hacer ejercicios en casa. Me dice los ejercicios que tengo que hacer y las repeticiones. También voy a correr alguna vez, pero no de continuo, con una amiga que tengo al lado de casa y eso me ayuda a animarme alguna vez a ir. El año que viene me voy a apuntar al gimnasio para hacer máquinas, porque hasta ahora no he podido por ser menor de 15 años. También quiero apuntarme a atletismo porque me gusta y me apetece aprender, pero sin competir, sólo entrenar para mejorar y ponerme en forma. Quizás si se me da bien luego quiera competir, cuando esté preparada. Creo que la competición al final es importante en el deporte para superarme y dar lo máximo de mí.

**P:** ¿Has encontrado alguna barrera a la participación de algún deporte?

**R:** **13** Dejé de practicar deporte cuando pasé al instituto porque en el colegio me ofrecían gran variedad de deportes y siempre me apuntaba a alguno con mis amigas, pero, aunque ahora también hay extraescolares en el instituto, nadie de mi entorno está apuntado. Eso quizás haya hecho que yo tampoco me apunte, además de que a mí también me ha dejado de interesar. Sé que hay natación, a mí me gusta ir a la piscina, pero no meterme en el agua en invierno porque me da mucha pereza, y más con gente que no conozco.

**P:** ¿Cómo se ve en tu familia que hagas deporte? ¿Te han puesto alguna vez algún impedimento para practicar algún tipo de actividad físico-deportiva?

**R:** **12** Mi familia es marroquí, y ven bien que yo haga deporte, de hecho, mi padre siempre me anima a salir a correr cuando estoy en casa sin hacer nada. Sí conozco otras familias que es de distinta manera, pero en mi casa nunca he tenido problema para hacer deporte. Pero por ejemplo yo hacía caccio, que es una variable del fútbol, entrenaba con un equipo en verano en San Jorge. A mi padre no le gustaba que hiciera ese deporte porque me decía que iba a cambiar mi cuerpo e iba a dejar de ser fina, por lo que lo dejé. No me impedía que lo practicara, pero prefería otros deportes.

**P:** ¿Consideras que ha sido buena tu experiencia en Educación Física?

**R:** **21** Mis padres son de Marruecos, pero yo nací en España. Mi experiencia en la asignatura, he visto cambios en el colegio y en el instituto. En el cole hacíamos juegos siempre, y siempre los mismos. Aquí, en cambio, practicamos mucha variedad de deportes y eso me gusta más.

**P:** ¿Cómo has percibido la actitud/comportamiento de tus profesores de Educación Física?

**R:** **23** En general, he tenido mucha suerte con mis profesores porque todos me han hecho sentir bien y nos animaban a hacer siempre deporte. Sí que en el colegio al final de curso hacíamos como una especie de Intercentros dentro del colegio en nuestro patio del recreo, hacíamos atletismo. **25** A los chicos se les animaba más a competir y ganar en las pruebas, pasando nosotras un poco desapercibidas.

**P:** ¿Cómo ha sido la actitud/comportamiento de tus compañeros tanto en el colegio como en el instituto?

**R:** **23** Con respecto a la actitud de mis compañeros, nunca ha habido ningún problema con ellos, siempre me he llevado bien con mi clase. Entre chicas si nos metemos entre nosotras, pero de broma entre amigas, pero entre chicas y chicos nunca he visto nada. **25** Sí he visto que los chicos tienen siempre una actitud más de ganar en todas las actividades, así como las chicas buscamos más intentarlo hacerlo lo mejor posible y pasar un buen rato.

**P:** ¿Cómo se forman los grupos de trabajo en las clases? ¿Hay separación por sexo y afinidad, o no le dais importancia a juntarlos chicos y chicas?

**R:** **25** El profesor suele hacer los grupos mixtos, no nos deja que los hagamos nosotros porque si no siempre nos juntaríamos chicas por un lado y los chicos por otro. **23** Cuando no se me da bien algún deporte yo lo aviso, y si alguno quiere ganar y yo no ayudo a eso me da igual que se enfade. En general sí he visto una actitud así, pero conmigo no. También depende del chico por supuesto.

**P:** ¿Cuál es tu actitud/comportamiento hacia la Educación Física?

**R:** **23** Mi actitud hacia la asignatura me gusta, aunque fuera no practique mucho. La considero igual importante que las demás asignaturas, creo que debería haber más clases de EF y quizás quitar una que sea menos importante. Te ayuda a cuidar tu salud.

**P:** ¿Utilizáis en clase material alternativo o exclusivamente tradicional? ¿Crees que el material alternativo puede ser un método para fomentar la igualdad entre géneros?

**R:** **25** Creo que los juegos alternativos no ayudan a que los chicos dejen de creerse superiores, aunque no sepan las normas. Son competitivos, quizás si el profesor plantea un juego de pelota, aunque no lo conozcan pensarán “La pelota se me da bien, consiste en botar, voy a ganar seguro”. También creo que un juego que es nuevo para todos puede ayudar a motivar al grupo.

**P:** ¿Qué barreras encuentras en la asignatura?

**R:** **22** No he encontrado ninguna barrera a la hora de realizar Educación Física. Pero en el ramadán me cansaba mucho, durante el día no comía y prácticamente no bebía, por lo que me afectaba porque no tenía fuerzas.

**P:** ¿Consideras que durante el curso es mejor tocar pinceladas de gran variedad de deportes, o crees que es mejor trabajar menos deportes pero con más profundización en ellos?

**R:** **26** Yo prefiero practicar durante el curso gran variedad de deportes, porque si no me gusta un deporte y estamos dos meses con él me cansaría. Así, podemos ver otros deportes y si me gusta alguno poder apuntarme o seguir practicándolo por mi cuenta. Tampoco me gusta dejar los deportes a medias, me gusta que me enseñen el deporte bien, con técnicas normas y demás, por lo que yo tocaría varios deportes, pero con un aprendizaje bastante completo para luego poder yo practicarlo fuera del instituto.

**P:** ¿Conoces alguna actividad competitivo-recreativa?

**R:** **32** He hecho el Intercentros de voleibol y atletismo. También he hecho otros años la marcha ASPACE fuera del colegio, pero este año no la hice porque no tenía a nadie con quien ir, nadie pudo. También en el instituto, en la jornada solidaria, hay un torneo de fútbol todos los años, y el equipo que gana juega contra los profesores, yo participé, pero no llegamos a la final.

**P:** ¿Cuál es tu opinión sobre este tipo de actividades?

**R:** **31** El Intercentros que más me gustó fue el atletismo porque estábamos al aire libre y me gusta más ese deporte. En atletismo había más gente porque iban todos los institutos en un día, y en voleibol se partían en días, por lo que en ese sentido mejor el de voleibol. También influyó el equipo, porque me llevaba mejor con el que me tocó en atletismo, en voleibol me tocó con compañeros de clase, pero no amigos.

**P:** ¿Consideras que participar en actividades de forma novedosa ayuda a promocionar la actividad física y el deporte?

**R:** **31** Me gustan estas actividades porque ayuda a socializar con gente que no conoces. Creo que es una buena forma de motivar a la gente a hacer deporte, siendo una buena forma de promoción de deporte. Cuando juegas con los de tu clase sabes cómo juegan, y cuando juegas con gente que conoces te motiva más a ganar porque no sabes si te enfrentas con alguien mejor o peor que tú. Creo que los Intercentros es una buena forma de promoción del deporte para gente que no lo practique fuera del instituto, para que vean otras formas de competir en torneos y se animen a apuntarse a algo.

**P:** ¿Cuál crees que es tu nivel de implicación en estas actividades?

**R:** **32** Mi nivel de implicación es media, no demasiado, podría esforzarme más.

Quizás la razón es porque como no lo practico habitualmente, sé que es un día y ya está. Si lo practicara de forma habitual seguro que me implicaría más. Siento motivación hacia estas actividades, pero luego llegas ahí y la gente te mira y eso no me gusta, pero bueno me da igual, eso no me impide para nada. Luego la gente habla sobre ti de los fallos que has hecho.

**P:** ¿Crees que los Intercentros están más vinculados a la competición, recreación o ambos?

**R:** **33** Considero el Intercentros competitivo, porque al final la gente va a ganar. Hay grupos que no hacían nada, pero había grupos que iban a por todas. Yo me lo tomé como una competición porque a mí también me gusta ganar, y a veces no acepto perder.

**P:** Centrándonos en el Intercentros de voleibol, ¿sabías de su existencia previamente a la explicación del profesor? ¿Era la primera vez que practicabas el deporte de voleibol?

**R:** **41** Antes de llegar al instituto no sabía de la existencia de estos eventos. Cuando llegue al instituto sí me contó gente de otros cursos, y se les veía entusiasmados porque todo el mundo se lo pasaba bien. Cuando el profesor nos explicó la actividad al principio pensé “¿voy a jugar delante de todo el mundo?” no quería. Pero luego cuando practiqué que no se me daba tan mal. Nunca había practicado de forma técnica el deporte, sí lo había practicado alguna vez en la playa, pero no me sabía ni normas ni pases ni nada. Por eso quizás mi reacción no fue buena al principio.

**P:** ¿Cómo consideras este deporte, femenino, masculino o neutral?

**R:** **42** Considero este deporte femenino, quizás por el hecho de no haber contacto físico. Tampoco conozco a chicos que lo practiquen. No creo tampoco que los deportes de equipo sean masculinos, porque considero que somos igual de aptas que ellos para poder jugar, incluso nos entendemos mejor a la hora de realizar los pases, tirar, defender, etc. Los medios de comunicación creo que influyen a la hora de los estereotipos, siempre que hay un partido sólo sacan a los chicos, sobre en todo en fútbol, baloncesto y natación que es lo que más veo en casa.

**P:** ¿Crees que la presencia del Encuentro para acabar la unidad didáctica te motivó para esforzarte más en su preparación?

**R:** **44** Creo que el Intercentros me ayudó tanto a mí como a mis compañeros a motivarnos en el voleibol. Me gusta el voleibol, pero no para practicarlo de continuo. Lo considero fácil de aprender, al menos las técnicas básicas.

**P:** ¿Cuál fue el progreso de preparación del intercentros? ¿Crees que una preparación previa ayuda a sentirte más segura y confiada y poder así disfrutar más de la actividad?

**R:** **43** En las clases el profesor nos enseñó las medidas del campo de juego, a sacar desde la línea de atrás desde arriba y desde abajo, colocaciones, rotación cuando recuperábamos punto, los pases, etc. Esto ayudó al grupo a implicarnos más en la actividad, estar más atentos e intentar hacerlo lo mejor posible para luego ir al Intercentros bien preparados y dispuestos a ganar.

**P:** ¿Crees que tienes más habilidad para el voleibol de la que esperabas cuando empezasteis a practicarlo?

**R:** **44** Considero que tengo habilidad para el deporte, yo pensaba que se me iba a dar peor de lo que luego ha sido. A base de practicar he mejorado y considero que lo hice bien en Intercentros.

**P:** ¿Tuviste un buen nivel de implicación?

**R:** **44** Mi nivel de implicación tanto el deporte como en el grupo, cuando juego con un grupo me esfuerzo más por el miedo a equivocarme y a hacer perder al equipo. En deportes individuales me da igual ganar o perder, pero cuando voy con un grupo tengo miedo a fallar al grupo.

**P:** ¿Cómo evaluó la unidad didáctica el profesor?

**R:** **47** La evaluación del profesor fue un examen práctico antes del Intercentros, y en el evento no nos evaluó, estaba pendiente de nosotros, pero no puso nota cómo jugamos.

**P:** ¿Cómo se formaron los equipos y quién los formó?

**R:** **43** El profesor formó los equipos aleatoriamente, siendo mixtos. Con el grupo que me tocó en el Intercentros estuve a gusto, aunque me llevaba mejor con los chicos que con las chicas. Eran compañeros de clase, no eran de mi grupo de amigos. Esto no me influyó en las ganas hacia la actividad. El clima era bueno, los chicos que tocaron en mi grupo me decían “si fallas no pasa nada la próxima vez lo harás mejor”.

**P:** ¿Cómo fue el día del Encuentro? ¿Cómo valoras la experiencia?

**R:** **46** Llegamos allí y cada grupo llevaba una vestimenta que les diferenciaba. Los organizadores iban llamando por nombres de grupo, indicándoles la pista donde debían jugar. Había un árbitro, donde apuntaba los puntos, al final apuntaba si nos saludábamos o no, y decía el resultado final a los equipos. Ellos apuntaban “se han saludado, han cumplido bien las normas, etc.”. Luego hubo muchos trofeos y también se tenían en cuenta esas actitudes. En el descanso entre un partido y otro subía a las gradas, y cuando había un descanso más largo había juegos, por ejemplo, sentadillas, la plancha, baile, etc. dirigido por un monitor. También recibían trofeo los que hubieran ganado en esos juegos.

**P:** ¿Cuáles fueron tus percepciones antes y después del día de la actividad?

**R:** **46** Yo pensaba que se iba a centrar más en la competición y en ver qué equipo ganaba el torneo y no fue así. Además, yo pensaba que me iba a estar mirando todo el mundo y cuando llegué allí era muy grande y con muchos campos de juego y no me incomodó ni pensé en que me estaban mirando.

**P:** ¿Crees que competir con gente de otros institutos mejora la implicación del equipo para hacerlo lo mejor posible? ¿Percibes la competición de intercentros de la misma manera que en clase o con mayor implicación?

**R:** **44** La competición en estas actividades la veo de la misma manera que en el instituto, de hecho, la veo más competitiva porque al jugar con otros centros me implico más porque como no conozco a la gente quiero hacerlo bien. En el instituto me da igual que mis compañeros me vean fallar porque hay confianza.

**P:** ¿Has conocido un deporte interesante, o te lo esperabas más divertido?

**R:** **51** El intercentros me ha servido para conocer un deporte que nunca antes había practicado, me gusta el deporte, pero no para practicarlo de forma habitual.

**P:** ¿Has vuelto a jugar al voleibol posteriormente al evento? ¿Conoces a alguien que se haya animado apuntarse a algún club?

**R:** **52** No he vuelto a jugar al vóley después de Intercentros, ni yo ni nadie de mi clase ni de mi entorno.

**P:** Despues de tu experiencia en el intercentros, ¿te gustaría volver a participar en el intercentros de voleibol u otra modalidad deportiva?

**R:** **51** Me gustaría volver a participar en otro Intercentros, pero depende del deporte que sea, por ejemplo, de balonmano o fútbol. El de acrosport del año que viene no me gusta, prefiero deportes de equipo y no de bailar porque no se me da bien.

## ANEXO IV- SISTEMA DE CATEGORÍAS Y CODIFICACIÓN

### 1 VIVENCIAS EN EL DEPORTE

- 11** Predictores de participación: intereses y motivaciones.
- 12** Huella deportiva: edad de inicio y experiencia en extraescolares, competición y AF en general positivas/negativas.
- 13** Barreras a la participación.

### 2 EDUCACIÓN FÍSICA

- 21** Experiencia: interés del alumnado e importancia de EF
- 22** Barreras percibidas por los discentes.
- 23** Actitud/comportamiento individual hacia la asignatura, del grupo y del profesor.
- 24** Clima del aula
- 25** La influencia del género: distribución del espacio y grupos de trabajo. Materiales innovadores para la igualdad de género.
- 26** La programación de EF como método para fomentar el desarrollo íntegro del alumnado.

### 3 ACTIVIDADES COMPETITIVO-RECREATIVAS

- 31** Perspectiva del alumnado acerca de la utilidad de las actividades competitivo-recreativas.
- 32** Grado de implicación y participación.
- 33** Percepción sobre el tipo de actividad desarrollada.

### 4 ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL

- 41** Conocimientos/práctica previa de los discentes.
- 42** Tipo de deporte desarrollado y estereotipos ligados al mismo.
- 43** Preparación previa y formación de equipos.
- 44** Nivel de implicación y motivación personal ligados a la percepción de las propias habilidades.
- 45** Barreras percibidas durante la experiencia e incidentes.
- 46** Experiencia personal, percepciones sobre la competición y opinión sobre el grado de autonomía percibido.
- 47** Evaluación docente de la unidad didáctica.

### 5 HÁBITO DEPORTIVO INSTAURADO

- 51** Valoración del voleibol
- 52** Práctica posterior

## ANEXO V- ANÁLISIS DE DATOS CLUALITATIVO

VIVENCIAS EN EL DEPORTE		
Predictores de participación	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "A mí me gusta mucho bailar [...] voy a una academia de baile [...] compito a nivel nacional [...] En el baile me olvido de todo [...] entrenar me ayuda a desconectar."	Practica baile en una academia particular, con competiciones a nivel nacional. La motivación para su práctica es la evasión de todo, es una forma de desconectar.	Algunas chicas adolescentes sienten interés por el baile, algunas lo practican de forma informal y otras a nivel de competición. Una motivación importante es la desconexión.
2 "Me gustan todos los deportes, pero no dedico tiempo a ellos [...] Me siento bien... es una forma de desconectar, sueltas energía... es una buena forma de hacer amigos."	No se dedica tiempo a la práctica deportiva. Las motivaciones para la participación son: sentirse bien, desconectar, soltar energía y hacer amigos.	En la adolescencia existen otros intereses, entre los que no está la participación deportiva. Algunas de sus motivaciones pueden ser la sensación de bienestar, desconexión, liberación de energía y socialización.
3 "Me gusta el baloncesto, el bádminton y bailar, aunque sólo practico baloncesto [...] Mis motivaciones son mejorar como jugadora y disfrutar, para verme bien y mantener mi salud...bajar peso..."	Interés por el bádminton, bailar y, sobre todo, el baloncesto que el deporte practicado. Las motivaciones para su práctica son: mejorar como jugador/a, disfrutar, verse bien, mantener la salud y bajar peso.	Existe un interés por parte del género femenino por el bádminton, baile y baloncesto. Las motivaciones para la participación deportiva son la mejora como jugador/a, el disfrute, buen aspecto físico, mantenimiento de la salud y la reducción de peso.
4 "Yo he hecho siempre natación...también me gusta mucho el baile [...] Me gusta hacer deporte para estar en forma y sobre todo para sentirme bien... salgo a correr con una amiga y así además de hacer deporte puedo estar con ella."	Interés por la natación y por el baile. Sus motivaciones son estar en forma y sentirse bien, además de ser una forma de compartir tiempo con sus amigas.	Algunas chicas sienten interés por la natación y por el baile. Las motivaciones que les impulsan a la práctica deportiva son estar en forma, sensación de bienestar y reunirse con sus amigas.
5 "Me gusta la gimnasia rítmica, atletismo y balonmano [...] Mis motivaciones hacia el deporte son estar en forma, cuidar mi cuerpo y encontrarme bien conmigo misma... cuando era pequeña hacía deporte porque me gustaba y ahora me centro en estar en forma [...] me he descargado una aplicación en el móvil para hacer ejercicios en casa."	Interés por la gimnasia rítmica, el atletismo y balonmano. Las motivaciones son: estar en forma, cuidar su cuerpo y encontrarse bien consigo misma. Sus motivaciones han cambiado, siendo ahora el motivo principal conseguir un buen estado físico, utilizando una aplicación en su teléfono móvil.	Los intereses deportivos de algunas chicas son la gimnasia rítmica, el atletismo y balonmano. Las motivaciones hacia la práctica deportiva cambian conforme se llega a la etapa de la adolescencia, pasando de participar por gusto a tener como objetivo una buena apariencia física, así como la forma de conseguirlo, con una aplicación en el teléfono móvil.

VIVENCIAS EN EL DEPORTE		
Huella deportiva	Proposición de síntesis	Interpretación
<p>1 “Escalada hacía con mi hermano y mi padre, me inculcaron el deporte desde pequeña” [...] Me apunté a extraescolar de gimnasia rítmica, patinaje y judo [...] La competición está sobrevalorada [...] para mí es una forma de superarme y un momento donde doy todo de mí.”</p> <p>2 “He hecho tenis durante 3 años en el cole, golf... con mi padre, cursos de esquí en invierno porque mi tío era monitor [...] demasiado vinculado a la competición y eso hace que no practique ningún deporte de equipo...”</p>	<p>La familia inculca a las personas la práctica del deporte. Existe la posibilidad de apuntarse a extraescolares dentro del centro escolar, como la gimnasia rítmica, patinaje y judo. La competición está sobrevalorada, debería ser una forma de superarse y darlo todo de uno mismo.</p> <p>Muchos niños aprenden los deportes que sus familiares practican. El deporte está muy vinculado a la competición, y esto influye en la no práctica deportiva.</p>	<p>La familia tiene un papel importante en el hábito deportivo de sus hijos. Además, la oferta deportiva escolar potencia la práctica deportiva y da oportunidad a conocer variedad de deportes. El deporte está muy vinculado a la competición, en estas edades debería tener un fin de superación con uno mismo.</p> <p>Los niños están influenciados por los deportes que practica su familia, y es una forma de que padres e hijos compartan tiempo y afición juntos. Existe una falta de equipos deportivos orientados a la recreación, que aumentaría los niveles de participación de las adolescentes.</p>
<p>3 “Me gusta el baloncesto desde pequeña... cuando llegué al instituto salió un equipo extraescolar y me apunté [...] Este verano empecé a cambiar...a hacer más deporte... empecé a encontrarme mejor... considero que el deporte me ayudó a mejorar mi autoestima.”</p> <p>4 “El año pasado hacía natación con un grupo que hay en el instituto [...] Hago deporte igual que otra otros, pero no me hace falta demostrar que soy mejor.”</p>	<p>En el instituto hay oferta deportiva extraescolar, que incluye en baloncesto. Su experiencia en la práctica de AF empezó a ser positiva en el momento en el que la adolescente decide cambiar, comienza a hacer deporte y mejora su autoestima.</p> <p>El instituto ofrece natación como actividad extraescolar. No siente atracción por la competición, le gusta hacer deporte por su cuenta, sin demostrar su habilidad.</p>	<p>El baloncesto es un deporte tradicional incluido en la oferta de extraescolares en los centros escolares. La práctica de AF y deporte ayuda a mejorar la autoestima, generando cambios en la salud y aspecto físico.</p> <p>Una de las actividades extraescolares ofrecidas en el instituto es la natación. Algunas adolescentes tienen preferencia por el deporte practicado por su cuenta, sin necesidad de competir.</p>
<p>5 “Creo que la competición al final es importante en el deporte para superarme y dar lo máximo de mí [...] Mi familia es marroquí...conozco familias que es de otra manera, pero en mi casa nunca he tenido problema para hacer deporte ...yo hacía caccio...no le gustaba...iba a cambiar mi cuerpo e iba a dejar de ser fina.”</p>	<p>La competición es una parte importante del deporte porque ayuda a superarse y dar lo máximo de uno mismo. En familias marroquíes puede verse bien o mal la práctica deportiva. En el caso concreto de la entrevistada, su padre no quiso que ella hiciera un deporte considerado masculino.</p>	<p>La competición juega un papel importante en la superación y dar lo máximo de uno mismo en el deporte. Según la cultura a la que se pertenezca, algunas familias impiden la práctica deportiva de sus hijas en modalidades vinculadas al género masculino.</p>

VIVENCIAS EN EL DEPORTE		
Barreras a la participación	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "El tiempo que me exigen mis estudios y mi dolor de rodilla."	Las barreras son el tiempo que exigen los estudios y dolencias o daños en alguna parte del cuerpo.	Las barreras a la participación en la edad de la adolescencia son, entre otras, la falta de tiempo por los estudios, además de las lesiones, que pueden impedir participar en ciertos deportes.
2 "Falta de tiempo sobre todo por estudios y ayudar en casa, cuido de mi hermano... me gustan muchos deportes, pero no he encontrado ninguno que me entusiasme..."	Las barreras percibidas son la falta de tiempo por estudios y la ayuda con el cuidado de su hermano pequeño. Además, no ha encontrado un deporte que le guste como para sacar tiempo.	Algunas de las barreras a la participación de las adolescentes son la falta de tiempo por estudios y la ayuda prestada en casa. Es importante encontrar un deporte que te guste y que te motive para sacar tiempo para su práctica.
3 "Yo de pequeña era gordita y no hacía nada de deporte [...] practicaba baloncesto, pero lo dejé un tiempo por el equipo...me dejó de motivar...creo que tener un buen clima, un buen entrenador y buen equipo ayuda mucho."	Una barrera es el exceso de peso, que cohíbe a la hora de practicar AF. Además, el clima del equipo, los compañeros y el entrenador pueden hacer que una persona se desmotive.	Una barrera importante para la práctica deportiva es el exceso de peso, creándole a la persona una inseguridad que le impide disfrutar del deporte. También es relevante para la desmotivación no tener un buen clima en el equipo, generado tanto por los compañeros como por el propio entrenador.
4 "No hago natación porque tengo siempre neumonías... comencé el conservatorio y con las clases me resultaba imposible... el poco tiempo que me queda libre me apetece hacer otras cosas."	Las constantes neumonías hicieron tener que dejar la práctica de natación. La extraescolar de conservatorio y el cambio de intereses impusieron una barrera a la participación en el deporte.	La neumonía es una barrera relevante para la práctica de natación. Además, otras barreras como la participación en otra actividad extraescolar y el cambio de intereses en las jóvenes adolescentes son las encargadas de que no realicen una actividad deportiva de forma reglada y regular.
5 "Nadie de mi entorno está apuntado... además de que a mí también me ha dejado de interesar."	Falta de apoyo social y de interés personal para la participación deportiva.	Algunas barreras a la participación de las adolescentes son la falta de apoyo social y el cambio de intereses en su tiempo libre.

EDUCACIÓN FÍSICA		
Experiencia	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Ha sido buena, los profesores no me han calificado por lo que hacía bien o mal, sino por mi esfuerzo [...]. La EF es tan importante como otras, yo añadiría una hora más porque... está relacionada con la salud [...] Mi interés depende del deporte que practiquemos."	Los profesores deben calificar según el esfuerzo del alumno, no sólo por sus capacidades. La EF es igual de importante que otras asignaturas, y por lo tanto se debería añadir una hora a la semana. El interés hacia la asignatura depende de la actividad físico-deportiva que se practique.	La calificación en EF debe ser de tal manera que no sólo se valoren las capacidades de una persona, sino también el esfuerzo del alumnado. Es una asignatura tan importante con las demás, y por ello debería ser valorada como tal. Existe una variación del interés hacia la asignatura dependiendo del deporte que se desarrolle.
2 "La considero igual de importante porque... el deporte cuida tu salud y te hacer estar activo en tu vida diaria."	La EF es una asignatura igual de importante que las demás, porque cuida la salud del alumnado y potencia la vida activa.	La EF es una asignatura que tiene como finalidad, entre otras cosas, el mantenimiento de la salud y la vinculación del alumnado con una vida activa.
3 "A veces me sentía incómoda... había cosas que se me daban mal y me sentía patética [...] La EF es una hora de levantarse de la silla y disfrutar."	La práctica de algunas destrezas hace sentirse incómodos a los alumnos que no tienen tanta habilidad. La EF es considerada como una hora de disfrute.	Algunas alumnas con percepción de tener poca habilidad en la asignatura se sienten incómodas con la práctica de algunas destrezas. Se cree necesario e importante la asignatura de EF como forma de divertirse y moverse.
4 "He notado cambio del colegio al instituto, ahora hacemos mucha variedad de actividades, probamos muchos deportes [...] me gusta por cuestiones de salud, para encontrarme mejor... me permite moverme, relacionarme con otra gente."	Existe un cambio en las clases de EF entre el colegio y el instituto. La asignatura es importante por el aspecto de la salud, ayuda a encontrarte mejor, moverte y relacionarte con los demás.	Existe un cambio positivo en cuanto a la programación de EF del colegio al instituto. Se considera importante debido a que se centra en el mantenimiento de la salud y en establecer relaciones entre los integrantes del grupo.

EDUCACIÓN FÍSICA		
Barreras percibidas	Proposición de síntesis	Interpretación
1 “El dolor de rodilla me condiciona a la hora de... correr o judo. [...] Desde pequeña en mi casa me han inculcado el deporte.”	Ciertas dolencias, como la de rodilla, pueden condicionar a la práctica de ciertas actividades.	Una de las barreras a la hora de hacer Educación Física son las dolencias y lesiones, que puede tener como consecuencia limitaciones en la práctica deportiva.
3 “Tuve problemas de espalda que me impedían hacer según qué actividades... ejercicios de rehabilitación eran principalmente aeróbicos... me ha ayudado a mejorar el problema.”	Los problemas de espalda pueden impedir a la realización de algunas actividades. Con ejercicios de rehabilitación, y según el tipo de lesión, se puede solucionar el problema.	Ciertas lesiones o dolencias, como la de espalda, pueden condicionar a la persona en la práctica de algunas actividades. La rehabilitación deportiva puede ayudar a aliviar ese dolor, con los ejercicios adecuados según el problema.
4 “...mis neumonías constantes que me impiden hacer actividad física durante el proceso de recuperación [...] a veces tenía un poco de miedo porque...yo no quería fallar.”	La neumonía es un problema que impide la práctica en las actividades durante el proceso. Además, a veces las chicas tienen miedo a fallar en el intento de las tareas.	Existe una limitación en la participación de la asignatura cuando existe el problema de neumonía reincidente. Otra barrera percibida es el miedo a fallar en tareas que las chicas no consideran alcanzables para ellas.
5 “En el ramadán me cansaba mucho, durante el día no comía y prácticamente no bebía, por lo que me afectaba porque no tenía fuerzas.”	La tradición del ramadán provoca cansancio, y la falta de fuerza influye en la participación de las actividades.	El ramadán es una tradición de la cultura árabe, que debido a la falta de ingesta alimenticia durante el día provoca cansancio, el cual afecta al alumno en la participación de las actividades de EF.

EDUCACIÓN FÍSICA		
Actitud/comportamiento	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Había un profesor que... tenía un comportamiento machista, siempre sacaba de ejemplo a los chicos". [...] Los chicos no se esforzaban en el contenido de baile [...] Mi profesor nos ha cedido responsabilidad y me gusta porque..."	Algunos profesores siguen teniendo un comportamiento machista. Los chicos no se esfuerzan en unidades didácticas que no les gustan. La cesión de responsabilidad genera una actitud positiva por parte de los alumnos.	Sigue existiendo una actitud machista por parte de ciertos profesores de EF, con comentarios despectivos hacia el sexo femenino. Además, algunos chicos presentan una actitud negativa hacia actividades que no controlan. La cesión de responsabilidad por parte del docente ayuda a generar una actitud positiva hacia la actividad.
3 "Me he sentido inferior a mis compañeros principalmente por mi peso... de pequeños recibía comentarios... pero ahora estoy a gusto [...] antes era muy pasiva y ni siquiera quería probar a hacer las cosas por miedo a que se rieran de mí, ahora sí las pruebo, aunque falle."	La actitud despectiva de sus compañeros hizo que se sintiera inferior debido a su exceso de peso cuando era pequeña. El miedo a equivocarse en la participación de EF hizo que su actitud fuera pasiva.	La actitud pasiva de una persona en ocasiones está influida por el sentimiento de inferioridad debido a comentarios despectivos por parte de los compañeros, que generan en una persona con exceso de peso miedo a fallar y a la exposición de burlas.
4 "Tengo amigas que buscan cualquier excusa para no hacer EF [...] Si es un deporte que no se me da bien me da más vergüenza participar, por el qué pensarán [...] En el colegio cuando el profesor quería enseñarnos...siempre sacaba a chicos para demostrárnoslo, se mostraban más chulos."	Algunas chicas buscan excusas para no participar en la clase de EF. La actitud cuando una destreza o tarea no se le da bien es negativa, con vergüenza por los comentarios de sus compañeros. Algunos profesores sacan a los chicos para realizar las demostraciones de las tareas.	Algunas adolescentes tienden a una actitud pasiva en la asignatura, con excusas para no participar, y otras presentan una actitud negativa al intentar una tarea nueva por la exposición a sus compañeros. La actitud machista del profesor potencia el comportamiento de superioridad de los chicos.
5 "En el colegio...a los chicos se les animaba más a competir y ganar en las pruebas [...] los chicos tienen siempre una actitud más de ganar en todas las actividades."	Algunos profesores animan más a los chicos a competir y ganar en las actividades. La actitud de los chicos está centrada en la competición.	La actitud de algunos docentes sigue apoyando la mayor capacidad de los chicos para competir y ganar. La actitud masculina se centra en conseguir el éxito.

EDUCACIÓN FÍSICA		
Clima del aula	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "...había mucha gente que pasaba de la asignatura y eso condicionaba porque el profesor se cansaba y..."	Cuando el alumnado no tiene interés por la asignatura condiciona las decisiones del profesor hacia el grupo.	El clima del aula está influenciado por el comportamiento del alumnado, que condiciona la actitud del profesor hacia ellos, así como el funcionamiento del grupo.

EDUCACIÓN FÍSICA		
Influencia del género	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Si los hacemos nosotros siempre se separan chicos y chicas, pero si los hace el profesor suelen ser mixtos [...] Aunque los chicos no sepan jugar a ese juego... con esos materiales, seguirá existiendo un comportamiento líder..."	Los grupos de trabajo se forman con separación entre chicos y chicas si los hacen los alumnos, y si los hace el profesor tienden a ser mixtos. Los materiales innovadores no ayudan a eliminar el papel de líder que tienen algunos alumnos.	El profesor tiene un papel importante en la interacción entre ambos sexos, usando como herramienta la formación de equipos mixtos. Sin embargo, cuando se plantean juegos alternativos con material diferente no se consigue acercar la igualdad entre género, el líder no se elimina.
2 "Los chicos suelen jugar siempre a fútbol y a baloncesto, las chicas nos juntamos y jugamos a otra cosa [...] si los chicos pudieran se aprovecharían de todo el espacio, pero nosotras no les dejamos [...] Los juegos alternativos ayudan a la motivación, en el colegio siempre era fútbol y baloncesto."	En el tiempo libre los chicos suelen jugar a deportes como fútbol y baloncesto, intentando ocupar el máximo espacio posible. Los juegos alternativos general una mayor motivación por parte de todo el grupo.	Los chicos tienden a ocupar mayor parte de espacio en las clases de EF. La motivación general del grupo se ve aumentada cuando se plantean actividades con material diferente.
3 "...el chico se cree superior en el deporte que la chica, por la educación de su casa [...] nos deja formarlos como queramos, pero si ve que hay mucha diferencia de nivel entre unos y otros nos cambia [...] jugar a algo nuevo con otros materiales ayuda a motivar al grupo porque nadie conoce el juego y hay mayor igualdad."	La educación que los padres dan en casa a sus hijos influye en su actitud superior en EF. Los equipos se forman como los alumnos quieren, y es el profesor el que interviene cuando hay diferencia de nivel. Los juegos alternativos ayudan a motivar al grupo y genera una mayor igualdad entre géneros.	La educación que el chico adquiere en casa influirá en su comportamiento superior o no frente a los demás. En ocasiones, el profesor sólo interviene en la formación de grupos cuando ve diferencias de nivel entre ellos, para que la actividad tenga éxito. Los juegos alternativos ayudan a una mayor igualdad por parte del alumnado.
4 "Se nota sobre todo en los deportes de equipo... en fútbol se pasaban el balón entre ellos...en la unidad de baile nosotras teníamos que montar las coreografías [...] Actividades nuevas...estamos en las mismas condiciones y tenemos las mismas oportunidades de participar...mejora el ambiente en clase..."	Se nota la diferencia entre género principalmente en los deportes de equipo, por ejemplo, el fútbol, porque cuando se trata de actividades como el baile son las chicas las que se implican más [...] Las actividades nuevas ayudan a crear un clima más igualitario, con las mismas oportunidades.	Existen diferencias entre género femenino y masculino en la implicación según la actividad que se desarrolle, marcada en el fútbol y en el baile. Por ello, las actividades alternativas ayudan a conseguir una mayor igualdad entre ambos sexos, con las mismas ganas y oportunidades de participar.
5 "...los grupos son mixtos, no nos deja que los hagamos nosotros porque si no siempre nos juntaríamos chicas por un lado y chicos por otro [...] Los juegos alternativos no ayudan a que los chicos dejen de creerse superiores...son competitivos... aunque no lo conozcan."	Los grupos son formados por el profesor para que no haya separación entre sexos. A pesar de plantearse un juego alternativo no conocido, los chicos siguen asumiendo una actitud de superioridad.	El docente adopta el rol de formar los equipos como estrategia para conseguir una interacción entre chicos y chicas. Los juegos alternativos no resultan ser una buena manera de fomentar la igualdad, sigue habiendo una actitud de líder de algunos alumnos.

EDUCACIÓN FÍSICA		
Programación Educación Física	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Es mejor ir variando de deporte... y si algún deporte te gusta luego puedes probar unas clases [...] veo bien no hacer deportes... que ya son conocidos."	La ventaja de trabajar distintos deportes es que, si alguno causa interés a un alumno, puede seguir formándose fuera del centro escolar. Un punto positivo en la asignatura es no trabajar deportes ya conocidos.	Una programación de EF donde se incluyen gran variedad de deportes permite al alumnado conocer algunos hasta el momento no practicados, con la posibilidad de causar en ellos un interés que podrán llevar fuera del centro escolar, potenciando así el hábito deportivo.
2 "Si hacemos 3 clases de un deporte no puedo mejorar, cuánto más sabes de un deporte más te gusta, cuánto más practicas mejor se te da."	Tiene preferencia por trabajar un deporte de forma más amplia, dedicándole más clases para poder mejorar, y así poder conseguir la motivación para su práctica.	Algunas adolescentes prefieren que en la programación de EF se trabajen menos deportes, invirtiendo el tiempo necesario en cada uno de ellos para poder aprenderlos bien. Sólo así se puede mejorar y puede generar interés.
3 "Más variedad de deportes, aunque no los aprendas perfectamente... hay deportes que no me gustan mucho, pero como hacemos pocas clases no me importa..."	Siente más interés por trabajar gran variedad de deportes y así poder conocer alguno que le interese para poder practicarlo fuera del ámbito escolar.	Existe una preferencia de la programación de EF con la inclusión de gran variedad de deportes, dedicándoles poco tiempo, para tener la posibilidad de conocer nuevas actividades y poder seguir formándose fuera del instituto si se precisa.
5 "Prefiero practicar durante el curso gran variedad de deportes, porque si no me gusta un deporte y estamos dos meses con él me cansaría... tampoco me gusta dejar los deportes a medias... yo tocaría varios deportes, pero con un aprendizaje bastante completo..."	Es preferible trabajar distintos deportes para que los alumnos no se desmotiven cuando una unidad didáctica no les guste. Sin embargo, se necesita de un tiempo suficiente en cada deporte para poder aprender y mejorar.	Algunas adolescentes creen que la programación de EF debe incluir la variedad de actividades suficiente para mantener la motivación de los alumnos, con una inversión en ellas el tiempo necesario para conseguir una progresión positiva.

ACTIVIDADES COMPETITIVO-RECREATIVAS		
Perspectiva sobre utilidad	Proposición de síntesis	Interpretación
1 “Es una buena forma de promocionar el deporte, hay que animar a la gente a participar, sobre todo a los que no le interesa el deporte.”	Es una forma de promocionar la AF y deporte, para animar a las personas no interesadas por el deporte a la participación de las mismas.	Las actividades competitivo-recreativas son un recurso de promoción de la AF y deporte para todos, y una oportunidad para vincular el deporte a las personas no interesadas.
2 “Cuando se saca el deporte del ámbito escolar ayuda a que la gente que no siente interés por la asignatura practique deporte de forma divertida.”	Es una forma de combinar el deporte con la diversión, sacándolo fuera del ámbito escolar.	Las actividades competitivo-recreativas vinculan el deporte a la diversión.
3 “Es una buena forma de promocionar el deporte para gente que no practique... porque no vas sola... allí te juntas con otra gente.”	En una forma de promoción de la AF y deporte para personas que no sienten interés por ello, se establece relación con otras personas.	Las actividades competitivo-recreativas ayudan a que personas que no se están interesadas por el deporte, lo vean como una forma de interacción social.
4 “Tienen que darle más publicidad para que la gente se entere y pueda participar... es una buena forma de... animar a la gente a practicar AF en su tiempo libre.”	Se necesita más publicidad para informar a la gente sobre estas actividades. Se trata de una forma de practicar AF en el tiempo libre.	Este tipo de actividades deben tener más publicidad para informar a la gente, siendo una estrategia para instaurar un hábito deportivo en su tiempo libre.
5 “Ayuda a socializar con gente...forma de motivar a la gente a hacer deporte... gente que no lo practique fuera del instituto para que vea otras formas de competir...”	Es una forma de socializar con la gente y motivar a alumnos que no practican deporte fuera del instituto para que lo experimenten de una manera diferente.	Estas actividades son una estrategia para la socialización, así como para la promoción de la competición deportiva vista desde una perspectiva diferente.

ACTIVIDADES COMPETITIVO-RECREATIVAS		
Grado de implicación y participación	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "En el voleibol me tocó un equipo que no se interesó nada por la actividad [...] en 3º hay intercentros de Cross... como era voluntario no quise participar."	Según el equipo con el que se juegue, variará el grado de implicación de la persona. Las actividades voluntarias conllevan a una menor participación.	El grado de implicación de una persona en las actividades competitivo-recreativas dependerá en parte del equipo con el que se participe. Además, existe una menor participación del alumnado en las actividades voluntarias.
2 "Me gustó más el voleibol... me gustan más los deportes de equipo, en atletismo había pruebas de grupos e individuales."	Siente más interés por los deportes de equipo que por los individuales.	El grado de implicación en este tipo de actividades es mayor cuando el deporte practicado es colectivo, debido a las relaciones sociales que se establecen en el equipo.
3 "Atletismo era voluntario y yo no participé... porque aún no me sentía bien con mi cuerpo... me dio rabia porque después de ver lo bien que se lo pasaron mis compañeros [...] La carrera nocturna no fui muy enserio porque iba con mis amigas...pero fui corriendo..."	Cuando una actividad es voluntaria hace que personas que no se sienten bien con su cuerpo decidan no participar, aunque después se arrepientan al ver lo bien que se lo pasan sus compañeros. También existe la posibilidad de que una persona se apunte por apoyo social.	La participación en las actividades voluntarias se ve reducida en la edad de la adolescencia. Sí es cierto que el apoyo social potencia la participación por ser esta actividad una forma de reunirse con compañeros y amigos.
4 "La única pega que veo al cross es que al ser voluntaria va muy poca gente, fuimos sólo 5 chicas [...] a la carrera nocturna...de mi clase casi todas las chicas porque nos animamos unas a otras y era una buena forma de juntarnos fuera del instituto. Me gustó más el voleibol porque es de equipo."	Al ser el Intercentro de cross una actividad voluntaria la participación femenina fue escasa. Sin embargo, en otra actividad fuera del ámbito escolar hubo una gran participación de chicas debido a que se trataba de una forma de juntarse.	Las actividades voluntarias dentro del ámbito escolar reúnen a un escaso número de participantes femeninas. Sin embargo, cuando se da un evento de estas características fuera del centro, genera mayor participación debido a que para ellas es una forma de reunirse.
5 "Influyó el equipo, porque me llevaba mejor con el que me tocó en atletismo, en voleibol me tocó con compañeros de clase, pero no amigos [...] Podría esforzarme más... no lo practico habitualmente, sé que es un día y ya está."	El nivel de implicación está influido por el equipo con el que le toque competir a la persona, sintiéndose más a gusto con personas afines a ella. El esfuerzo hacia estas actividades es bajo, debido a que el evento dura sólo un día.	Algunas chicas presentan un nivel de implicación mayor o menor según el equipo con el que compitan en la actividad. Además, un motivo de su bajo esfuerzo puede ser la corta duración del evento.

ACTIVIDADES COMPETITIVO-RECREATIVAS		
Tipo de actividad	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Depende de las personas... sirve para pasártelo bien, hacer deporte y conocer gente, no... de ganar."	Según los intereses de cada persona la actividad será percibida de distinta manera. Este tipo de actividad tiene como finalidad pasártelo bien, hacer deporte y conocer gente.	Las actividades competitivo-recreativas son percibidas de distinta manera según la persona. Para algunos de ellos tienen un fin recreativo, es decir, disfrutar, hacer deporte y conocer gente nueva.
2 "Es una actividad para que la gente se lo pase bien, conozca gente, encuentre algo nuevo que le guste... tiene un papel competitivo porque la gente también va a ganar."	Tienen un papel competitivo, pero sobre todo recreativo, porque se va a disfrutar y a conocer gente nueva.	Estas actividades tienen un papel principalmente recreativo, pero siempre existe un grado de competitividad y esfuerzo por ganar.
3 "En general el interés de los chicos era más ganar y el de las chicas más conocer gente y divertirse."	Existen diferencias en la percepción de este tipo de actividad entre chicos y chicas.	El género masculino percibe estas actividades de forma más competitiva que el femenino, cuya principal intención es la recreación.
4 "Pensaba que iba a ser mucho más competitivo, pero...no se fijaban en el equipo ganador... también en el equipo más divertido..."	Se tiende a vincular los <i>Encuentros Intercentros</i> a la competición, sin embargo, no es así.	Los <i>Encuentros Intercentros</i> pueden dar la impresión de ser puramente competitivos, sin embargo, bajo la experiencia de sus participantes, tiene un papel importante de recreación.
5 "...competitivo, porque al final la gente va a ganar... yo me lo tomé como una competición porque a mí también me gusta ganar y a veces no acepto perder."	Tienen un papel competitivo marcado, porque el objetivo principal es ganar, teniendo a veces un mal perder.	Los <i>Encuentros Intercentros</i> están marcados por la competición, debido a que los participantes tienen el principal objetivo de conseguir el éxito en la actividad.

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Conocimiento/práctica previos	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "...nos lo dijeron un mes antes de participar [...] Era la primera vez que practicaba voleibol."	No existían conocimientos previos sobre el encuentro intercentros de voleibol y era la primera vez que se practicaba en el instituto.	Existe un desconocimiento previo de Encuentro Intercentros voleibol hasta poco tiempo antes del evento, siendo en el instituto el primer contacto con este deporte.
2 "Nosotros ya estábamos enterados de que había una cosa muy guay de voleibol [...] sólo había jugado alguna vez en el pueblo, pero de forma no reglada [...] la reacción fue genial, muy ilusionada y..."	Había un conocimiento previo del Encuentro Intercentros de voleibol. Había jugado a voleibol, pero de manera informal, y la reacción ante la presentación de este evento fue muy buena.	Los participantes del evento de años anteriores son los encargados de contar la buena experiencia del Intercentros, y esto ayuda a motivar a los alumnos que participarán posteriormente.
4 "Cuando el profesor nos comunicó que íbamos a participar... me gustó la idea porque además tenía amigas de otros institutos y me apetecía mucho compartir esa experiencia con ellas."	El primer conocimiento de este evento fue transmitido por el profesor, con buena reacción por poder juntarse con amigas de otros centros.	Algunas adolescentes tienen una buena reacción al planteamiento de la actividad porque su principal interés es reunirse con gente conocida de otros institutos.
5 "Me contó gente de otros cursos, y se les veía muy entusiasmados porque todo el mundo se lo pasaba bien [...] Nunca había practicado de forma técnica el deporte...por eso quizás mi reacción no fue buena al principio."	Existe un conocimiento previo de este tipo de actividad por el entusiasmo de participantes anteriores. La primera reacción no fue positiva debido a que no controlaba la modalidad deportiva.	El Encuentro Intercentros supone una experiencia positiva para los participantes, dándolo a conocer a futuras promociones. Las adolescentes reaccionan de manera positiva o negativa según la modalidad deportiva de la que se trate.

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Tipo de deporte y estereotipos	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Considero este deporte neutral...considero que ninguno es femenino ni masculino [...] Los medios de comunicación influyen en los estereotipos, en la televisión echan partidos masculinos, vinculados al deporte de equipo [...] gimnasia rítmica y patinaje... vinculado a lo femenino."	Es un deporte neutral, como todos. Los medios de comunicación influyen en los estereotipos en la sociedad, se vincula al hombre con deportes de contacto y a la mujer con deportes considerados más femeninos.	El voleibol es considerado un deporte neutral. Ahora bien, existen estereotipos marcados por la sociedad y potenciados por los medios de comunicación que vinculan al hombre con los deportes de contacto y equipo y a la mujer con deportes individuales, entre ellos patinaje y gimnasia rítmica.
2 "Considero este deporte neutral... no necesita ninguna característica específica de chicos o de chicas."	Es un deporte neutral porque no se necesita ninguna característica fisiológica específica.	El voleibol es un deporte neutral porque las diferencias fisiológicas que puedan tener ambos sexos no influyen en su práctica.
3 "Los medios de comunicación retransmiten más partidos de chicos que de chicas... ven más a las chicas en deportes individuales que en colectivos."	Se retransmite más deporte masculino que femenino y se vincula más el deporte colectivo al hombre y al individual a la mujer.	Existe un estereotipo marcado que vincula al hombre con los deportes de equipo a la mujer con los deportes individuales. Este estereotipo está potenciado por los medios de comunicación.
4 "Los deportes de equipo los veo más masculinos...los medios de comunicación...me han influido a pensar así [...] Los deportes individuales los considero tanto masculinos como femeninos... en los Juegos Olímpicos podemos verlo."	Los medios de comunicación han influido en pensar que los deportes de equipos están más vinculados al hombre, y, sin embargo, los Juegos Olímpicos hacen ver que los deportes individuales son de ambos sexos.	El pensamiento instaurado por algunas chicas sobre el vínculo existente entre los deportes de equipo y el género masculino está condicionado por los medios de comunicación. Los Juegos Olímpicos dejan ver que existen las mismas posibilidades de participación en los deportes individuales en ambos sexos.
5 "...femenino, quizás por el hecho de no haber contacto físico, tampoco conozco a chicos que lo practiquen. No creo tampoco que los deportes de equipo sean masculinos...somos igual de aptas que ellos... incluso nos entendemos mejor [...] siempre que hay un partido sólo sacan a los chicos, sobre todo en fútbol, baloncesto..."	Es considerado deporte femenino por no haber contacto físico y no conocer a chicos que lo practiquen. A pesar de que siempre suelen retransmitir los partidos de chicos, no se considera que los deportes de equipos sean del género masculino.	Algunas chicas consideran el voleibol un deporte femenino debido al escaso contacto físico. También consideran que los deportes de equipo no están vinculados al hombre, a pesar de que los medios de comunicación potencien ese pensamiento en la sociedad.

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Preparación previa y formación de equipos	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Formados por sorteo, el profesor consideró que no se iban a poner de acuerdo... eran mixtos."	Los equipos fueron formados de forma mixta y por sorteo, por decisión del profesor.	El profesor tiene un papel importante en la formación de los equipos del evento, siendo estos mixtos y a sorteo.
2 "...los equipos tenían que ser mixtos...los hicimos como quisimos y no hubo ningún problema [...] mejoró mi autoconcepto, si hubiera ido directa no hubiera querido jugar...si no tengo ni idea de jugar no me motiva nada."	Los equipos fueron formados por los participantes. La preparación previa mejoró su autoconcepto y generó una motivación hacia la participación en el evento.	El profesor da autonomía para la formación de equipos, con la consigna de que sean mixtos. La preparación previa ayuda a generar una mayor motivación del alumnado hacia la actividad, mejorando su autoconcepto con la práctica de un deporte hasta entonces no conocido.
4 "Me pareció bien hacer grupos mixtos de forma aleatoria porque así también juegas con otros compañeros no siempre con los mismos."	Los equipos mixtos formados aleatoriamente permiten el juego con otros compañeros.	Los equipos formados de forma aleatoria permiten establecer relaciones de comunicación entre compañeros.
5 "El profesor formó los equipos aleatoriamente, siendo mixtos... eran compañeros de clase...no me influyó en las ganas hacia la actividad, el clima era bueno..."	Los equipos mixtos formados aleatoriamente no influyen en las ganas hacia la actividad si el clima es bueno, porque se juega con compañeros de clase.	El clima del equipo es importante para que todos los miembros tengan ganas de participar.

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Nivel de implicación y motivación	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "Si hubiera estado en otro grupo... hubiera sido mayor, en mi grupo pasaban de la actividad...algunos no asistieron [...] los que pasaban seguían siendo pasivos... a los que nos interesaba intentábamos hacerlo mejor y estar más atentos [...] No creo que tenga habilidad... comparado con otros soy muy mala."	Cuando dentro del grupo hay integrantes que no quieren participar en la actividad el nivel de implicación desciende. La motivación hacia la actividad fue mayor para los interesados, pero los no interesados fueron pasivos.	El nivel de implicación y la motivación de los participantes dependen de la persona y del equipo con el que se participe. Para los interesados, el evento les genera mayor motivación en el aprendizaje para intentar hacerlo lo mejor posible el día de la actividad.
2 "Estaba motivada por saber que íbamos a jugar luego con otros institutos, y eso me ayudó a estar más concentrada en el aprendizaje [...] Todos estábamos super ilusionados y queriendo darlo todo [...] No me considero muy buena porque había gente mejor que yo... considero que se me dan mal los deportes en general porque..."	El evento genera en los alumnos una motivación por poder jugar con otros centros, y con ello una mayor implicación en las tareas. Su percepción de habilidad en el deporte es baja comparándose con los demás.	Una parte importante del Intercentros es la posibilidad de jugar con otros institutos, la cual genera mayor motivación e implicación del alumnado en clase. Algunas chicas adolescentes infravaloran su habilidad en el deporte, realizando comparaciones con el resto de compañeros.
3 "... si compito con los de mi clase me da igual ganar o perder, pero saber que... iba a jugar con otra gente hizo que nos esforzáramos más... practicamos hasta estrategias."	La competición en el aula con los compañeros genera menos motivación para esforzarse en las tareas. Para el evento se practicaron estrategias para ganar.	La competición en el aula se percibe de una manera menos exigente y, sin embargo, cuando se lleva fuera del ámbito escolar los alumnos se ven más motivados y más implicados en la actividad, con un esfuerzo mayor en clase de EF para aprender y mejorar.
4 "El hecho de poder ganar a otros institutos nos motivaba en los entrenamientos e incluso quedamos una tarde para practicar... si hubiera sido con la clase no me hubiera implicado ni esforzado tanto."	La motivación se incrementa cuando se compite con otros centros, y se entrena con más ganas, poniéndole más esfuerzo que si se compite entre compañeros.	Existe un incremento de la motivación e implicación del alumnado por la posibilidad de poder competir contra otros centros escolares.
5 "Cuando juego con un grupo me esfuerzo más por el miedo a equivocarme y hacer perder al equipo". "Pensaba que se me iba a dar peor de lo que luego ha sido."	El nivel de implicación aumenta cuando se juega con un grupo por el miedo a equivocarse y perder. Considera que tiene más habilidad de la que creía.	El nivel de implicación de las alumnas en este tipo de actividades es mayor cuando se compite en equipos, cuyo motivo principal es el miedo a fallar. Existe una percepción negativa de las habilidades de las adolescentes.

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Barreras e incidentes	Proposición de síntesis	Interpretación
<p>1 "No he encontrado ninguna barrera, me gusta porque al ser equipos mixtos me tocó con otros compañeros y eso me ayudó a relacionarme" [...] Robaron 5 móviles y 2 mochilas."</p> <p>2 "...no tenía ningún conocimiento previo antes de entrenar en clase y me sentía insegura al principio."</p>	<p>Participar con un equipo mixto no supone una barrera, sino una oportunidad de interactuar con otros compañeros y relacionarse. Se produjo un robo de 5 móviles y 2 mochilas por parte de algún alumno.</p> <p>El desconocimiento de un deporte en EF produce inseguridad al inicio de la unidad.</p>	<p>La participación de equipos mixtos no supone una barrera, sino una forma de interactuar con otros compañeros que no sean de tu grupo de amigos. En este tipo de grandes eventos, a pesar de la vigilancia puede darse algún incidente.</p> <p>Una barrera que pueden presentar las adolescentes es la inseguridad por el desconocimiento del deporte planteado para Intercentros.</p>

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Experiencia	Proposición de síntesis	Interpretación
1 “Fue muy divertido, había vigilancia, pero no había mucho control por parte del profesor...conocí a gente...dieron premios, pero no le dieron importancia” [...] pensé que iba a ser muy cutre...cuando llegamos me quedé alucinada...no me sentí observada, sí me puse un poco nerviosa...”	La experiencia fue muy buena, se les dio autonomía a los alumnos, teniendo la oportunidad de conocer gente nueva. No se le dio importancia a la competición. Las percepciones eran peores antes del evento, valorando esta actividad de forma positiva posteriormente.	El desconocimiento de la actividad puede llevar a tener una percepción negativa antes de la misma. Sin embargo, existe una valoración positiva después del evento, remarcando la autonomía cedida por el docente y la escasa importancia que se le da a la competición.
2 “...contaba el respeto entre compañeros y al equipo contrario [...] al final del evento dieron premio a los ganadores de cada grupo y también de los diferentes juegos, vestimenta [...] no me esperaba que fuera a haber tanta gente... había muchos equipos jugado, por lo que no sentí que me miraban ni vergüenza.”	En el Intercentros se valoró no sólo la puntuación de los partidos sino también las actitudes de respeto. No se le dio importancia al resultado, hubo premios de muchos tipos. Las percepciones del evento fueron mejores de las esperadas, no sintiendo ningún tipo de vergüenza.	Se trata de una actividad donde se promociona la competición desde el respeto, sin darle importancia al resultado. Las percepciones de las adolescentes previas al evento tienden a ser negativas en cuanto a la vergüenza de exponerse al público.
3 “Me lo esperaba peor, no nos iban a dejar tan libres, que la gente me iba a observar mientras jugaba, que iba a haber menos partidos a la vez [...] que en cada curso se haga un deporte y no nos mezclamos con gente mayor porque, aunque la experiencia sería bonita, sería injusto.”	Las expectativas sobre la autonomía cedida por parte del profesor y la vergüenza a participar fueron peores que en la realidad. Considera que el planteamiento de participar en un Intercentros por curso es adecuado, sería injusto jugar con gente más mayor.	La valoración suele ser positiva, las percepciones sobre la autonomía del alumnado y la vergüenza de las chicas a participar cambian en el evento. El planteamiento de los Intercentros por edades hace la competición más justa.
4 “Hay gente que quiere demostrar dentro de clase que es bueno...pero en el intercentros son uno más y hay gente igual de buena [...] Pensaba que me iba a dar vergüenza porque iba a ser muy serio, más competición...”	El Intercentros es una buena forma de que aquellos que se sienten líderes en clase salgan de ese ámbito y se enfrenten con otras personas. Las sensaciones antes del evento eran de una gran competitividad, serio y vergüenza.	Intercentros puede ser una estrategia para sacar a los alumnos con actitud líder de su entorno. Algunas chicas tienen sensaciones negativas antes de vivir la experiencia, vinculando la actividad con la competitividad, seriedad y vergüenza por la exposición hacia los demás.
5 pensaba que me iba a estar mirando todo el mundo y cuando llegué allí era muy grande y con muchos equipos en juego y no me incómodo [...] la veo más competitiva porque al jugar con otros centros me implico más porque como no conozco a la gente quiero hacerlo bien.”	Sus expectativas eran más competición y sentirse más observada, y la realidad fue un espacio grande donde no se experimentó la sensación de incomodidad. Mayor competición por la razón de jugar contra otros centros, aumentando el nivel de implicación en la tarea.	Las expectativas y percepciones previas a la competición cambian después de vivir la experiencia. La competición en Intercentros se percibe con más seriedad que en clase de EF, conllevando a una mayor implicación en la actividad por parte del alumnado.

ENCUENTRO INTERCENTROS VOLEIBOL		
Evaluación docente	Proposición de síntesis	Interpretación
2 “El profesor nos evaluó conforme nos veía jugar en el Intercentros [...] no sabía si me estaban evaluando y no me preocupe en ningún momento.”	La evaluación de la unidad didáctica por parte del profesor fue por lo observado en el evento, sin que los alumnos se enteraran de que estaban siendo evaluados.	La evaluación del profesor sobre sus alumnos durante el Intercentros tiene como ventaja que estos no sienten presión porque no saben que están siendo observados, al contrario que en las pruebas prácticas realizadas en clase.
4 “...nos evaluó antes de ir al Intercentros viéndonos jugar en clase, y luego apuntó cosas en el Intercentros, pero como yo no sentí que me estaba evaluando no tuve presión...”	El profesor evaluó la unidad didáctica antes y durante el evento, siendo ahí cuando no existía ningún tipo de sentimiento de presión.	Una forma de evaluar la unidad didáctica cuando existe el Encuentro Intercentros es valorar al alumnado antes de la competición y durante la misma. Así, se le da la oportunidad a los alumnos que sientan más presión al ser observados por el docente poder demostrar su habilidad en un entorno más recreativo.
5 “La evaluación... fue un examen práctico antes del intercentros y en el evento no nos evaluó...”	El profesor evaluó la unidad didáctica mediante una prueba práctica antes del Encuentro Intercentros.	Algunos docentes evalúan la modalidad deportiva del mismo modo con la presencia de Intercentros o no, considerando el evento como una actividad con finalidad de disfrute y no de evaluación.

HÁBITO DEPORTIVO INSTAURADO		
Valoración voleibol	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "me ha servido para adquirir unas bases y jugar algún día con mis amigos... se necesita comunicación y esto ayuda a socializarte."	El aprendizaje del voleibol sirve para adquirir unas bases que permitan jugar fuera del ámbito escolar. Es un deporte que ayuda a la socialización.	El voleibol es un deporte que una vez aprendidas las bases de juego permite jugar de forma recreativa, siendo considerado un deporte que potencia las relaciones sociales por la comunicación que se necesita entre sus jugadores.
3 "...tampoco me interesa como para practicarlo de continuo porque yo juego a baloncesto."	Presenta más interés por el baloncesto, deporte que lleva jugando desde pequeña.	Las adolescentes deportistas que practican otra modalidad deportiva siguen sintiendo interés por ella.
5 "El Intercentros me ha servido para conocer un deporte que nunca antes había practicado, me gusta el deporte, pero no para practicarlo de forma habitual."	El voleibol es un deporte que hasta el instituto no se practica, y que no despierta interés para practicarlo de forma continua.	Existe un desconocimiento previo del voleibol antes del instituto, y en algunos casos, no despierta el interés suficiente como para practicarlo de forma regular.

HÁBITO DEPORTIVO INSTAURADO		
Práctica posterior	Proposición de síntesis	Interpretación
1 "He jugado alguna vez con mis amigas, pero no de forma seria. Dos amigas... se animaron a apuntarse a un equipo...pero no compiten."	Posteriormente al Encuentro intercentros los alumnos pudieron practicar voleibol con los amigos, incluso alguno de ellos se apuntó a un equipo fuera del ámbito escolar.	La actividad instaura el hábito deportivo del voleibol en algunas de las participantes, entrenando en un equipo de voleibol fuera de ámbito escolar. Otras personas juegan de manera informal con amigos en el tiempo libre.
2 "Encontramos un club de voleibol, pero para jugar de forma seria y yo quería apuntarme para pasármelo bien y hacer deporte..."	Después del Encuentro hubo un interés por apuntarse junto con unas amigas a un equipo de voleibol, pero era de tipo competitivo.	La presencia de equipos de voleibol puramente competitivos hace que algunas adolescentes no puedan seguir con el deporte fuera del ámbito escolar con finalidad recreativa.
3 "He practicado vóley-playa con mi familia y amigos, pero no de forma regular ni muy reglada."	Después del Intercentros se juega alguna vez a vóley-playa con sus relativos con la finalidad de divertirse.	El Intercentros de voleibol ayuda a instaurar un hábito deportivo en la playa, animando a algunas adolescentes a jugar a vóley-playa como forma de diversión.
4 "Conozco a tres amigas que después de Intercentros se apuntaron a un equipo de voleibol que primero sólo entrenaban, pero luego empezaron a competir."	Después del Intercentros hubo algún participante que se animó a apuntarse a un equipo de voleibol, primero de forma recreativa y después añadiendo la competición.	Intercentros pasa a ser, en algunos casos, una actividad de promoción de AF y deporte, a la condicionante de formar parte de un club competitivo, con la práctica de deporte regular.